

Жизнь в ванне. С описанием турецкой бани

Диоген [псевдоним]

LIFE IN A TUB
WITH A DESCRIPTION OF
THE TURKISH BATH

DIOGENES
1858

Электронная книга проекта "Гутенберг" о жизни в ванне; с описанием турецкой бани

Эта электронная книга предназначена для использования любым человеком в любой точке Соединенных Штатов и большинства других частей мира бесплатно и практически без каких-либо ограничений. Вы можете скопировать его, раздать или повторно использовать в соответствии с условиями лицензии Project Gutenberg, прилагаемой к этой книге, или онлайн по адресу www.gutenberg.org. Если вы находитесь за пределами Соединенных Штатов, вам необходимо ознакомиться с законами страны, в которой вы находитесь, прежде чем использовать эту электронную книгу.

Название: Жизнь в ванне; с описанием турецкой бани

Автор: Диоген [псевдоним]

Дата выхода: 24 марта 2024 [Электронная книга №73251]

Язык: Английский

Оригинальная публикация: Ирландия: William McGee & Co, 1858

Кредиты: Йерун Хеллингман и команда онлайн-корректоров по адресу <https://www.pgdp.net> / для проекта "Гутенберг" (Этот файл создан на основе изображений, щедро предоставленных интернет-архивом)

*** ЗАПУСК ПРОЕКТА ЭЛЕКТРОННОЙ КНИГИ ГУТЕНБЕРГА "ЖИЗНЬ В ВАННЕ" С ОПИСАНИЕМ ТУРЕЦКОЙ БАНИ ***

[\[Содержание\]](#)

[\[Содержание\]](#)

LIFE IN A TUB ;

WITH A DESCRIPTION OF

THE TURKISH BATH.

BY

Δ Ι Ο Γ Ε Ν Η Σ.

“If men knew how to use water so as to elicit all the remedial results which it is capable of producing, it would be worth all other remedies put together.”—*Dr. Macartney's Lectures at Trinity College, 1826.*

“The Sixth Commandment is suspended by one Medical Diploma, from the North of England to the South.”—*Sydney Smith.*

THIRD EDITION, REVISED AND ENLARGED.

DUBLIN:

WILLIAM M'GEE & CO., 18, NASSAU-STREET.
CORK: BRADFORD & CO., 44, PATRICK-STREET,
AND AT ALL RAILWAY STATIONS.

1858.

Price Sixpence.

ЖИЗНЬ В ВАННЕ; С ОПИСАНИЕМ ТУРЕЦКОЙ БАНИ.

ВУ ΔΙΟΓΕΝΗΣ.

“Если бы люди знали, как использовать воду, чтобы добиться всех лечебных результатов, на которые она способна, это стоило бы всех других средств, вместе взятых”. —*Лекции доктора Макартни в Тринити-колледже, 1826.*

“Действие Шестой заповеди приостанавливается одним медицинским дипломом от севера Англии до Юга”. —*Сидни Смит.*

ТРЕТЬЕ ИЗДАНИЕ, ИСПРАВЛЕННОЕ И ДОПОЛНЕННОЕ.

ДУБЛИН:

WILLIAM M'GEE & CO., НАССАУ-СТРИТ, 18.

КОРК: БРЭДФОРД И КО., ПАТРИК-СТРИТ, 44,

И НА ВСЕХ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫХ СТАНЦИЯХ.

1858 ГОД.

Цена шесть пенсов.

[\[Содержание\]](#)

ДУБЛИН: НАПЕЧАТАНО АЛЕКСОМ. ТОМ И СЫНОВЬЯ, 87 и 88, ЭББИ-СТРИТ.

[\[Содержание\]](#)

Самоотверженность.

“Дурные манеры людей живут в меди; их добродетели

Мы пишем водой”. *Генрих VIII. Акт IV. Часть 2.*

РИЧАРДУ БАРТЕРУ, ЭСКВАЙРУ, доктору медицины

Уважаемый сэр,

Кому я могу более уместно посвятить следующие страницы, как не тому, кому по Божественному Провидению я обязан неоценимыми благословениями в виде обновленного здоровья и укрепленного телосложения? Получив несказанную пользу от использования турецкой бани, впервые введенной вами в нашей стране, и став свидетелем чудес, произведенных ею в других странах, я счел своим долгом распространять знания о ее достоинствах во всех направлениях: это я попытался сделать на следующих страницах в сочетании с некоторыми наблюдениями за водолечебными и аллопатическими системами.

Если прочтение этих страниц приведет к распространению более правильных идей по предмету гигиены и большему знанию принципов водолечения, чем преобладает в настоящее время, моя цель в написании будет полностью достигнута.

Желаю вам долгих лет в вашей карьере осознанной полезности,

Остаюсь, дорогой сэр,
Искренне ваш,
ΔΙΟΓΕΝΗΣ.

Дублин, октябрь 1858г. [5]

[Содержание]

ЖИЗНЬ В ВАННЕ.1

Посмотри на негодя, которому долго осталось жить,
На тернистом ложе боли,
Наконец-то восстановил утраченную бодрость,
И снова дышать, и снова ходить.—Серый.

Возможно, нет ничего более характерного для развития интеллекта наших дней или более свидетельствующего о здоровом тоне ума, чем подозрительность, с которой общественность в целом и многие врачи в частности начинают рассматривать использование лекарств в качестве лечебных средств — этого главного двигателя врача-аллопата для облегчения страданий человечества.

Освобождение разума от старых и предвзятых идей, от практик, с которыми мы были знакомы с детства, недоверчивое отношение к системе, которая со времен Эскулапа и Гиппократов имела неоспоримое влияние, присваивая себе название ортодоксальной, а своих противников называя шарлатанами, — такое изменение общественного мнения заслуживает уважения или порицания, в зависимости от причин, из которых оно вытекает, будь то спокойное изучение вопроса, представленного на рассмотрение, в котором убедительные аргументы, основанные на законах природы, предписывают лечение, которые приводят к желаемым результатам — оказываются преобладающими в пользу новой системы или из революционной любви к новизне, свидетельствующей об универсальности и недостатке веры в устоявшиеся институты, любви к переменам, которая поддерживает и распространяет любую доктрину, независимо от ее достоинств, просто потому, что она новая.

То, что это изменение мнения, на которое мы ссылаемся, а именно отсутствие доверия к лекарствам, не совсем легкомысленно, [6], следует из следующего признания доктора Форбса, выдающегося врача—аллопата, который таким образом подводит итог своей долгой профессиональной карьеры:-

“Во-первых, в значительной доле случаев, которые лечат врачи-аллопаты, болезнь излечивается природой, а не ими самими. Во-вторых, что в меньшей, но все же немалой доле болезнь излечивается природой *вопреки* им; другими словами, их вмешательство противодействует излечению, а не помогает ему; и в-третьих, что, следовательно, при значительной доле заболеваний у пациентов было бы так же хорошо или *лучше*, если бы были отменены все средства, особенно лекарства ”.

И снова один из самых выдающихся из ныне живущих медицинских писателей говорит:

“Когда нарушаются здоровые свойства, мы не знаем средства, с помощью которого они могли бы быть *непосредственно* восстановлены, когда жизнедеятельность извращена или нарушена, у нас нет средств *немедленного* исправления этого, но мы должны довольствоваться использованием тех средств, при которых оно, скорее всего, ИСПРАВИТСЯ САМО”.

Именно знание этих фактов вызвало недовольство обычным способом медикаментозного лечения и укрепило веру в то, что в случаях болезней оно приносит больше вреда, чем пользы. Доктор Галли заявляет:—

“С помощью нее (лекарственной системы) организм находится в самом неестественном положении, и его усилия по облегчению постоянно*пресекаются*. Болезни, которая является таким же естественным процессом, как и здоровье, не позволено протекать так, как хотелось бы природе; внутренние органы, одно только патологическое действие которых может привести к смерти, превращаются в арену для всевозможных конфликтующих и причиняющих вред медицинских стимуляторов; и между действием, которое они вызывают, и тем, которое существовало изначально, их жизнеспособность ослабевает, их усилия по восстановлению ослабевают, и их функции в конце концов угасают”.

Доктор Раш говорит:—

“Мы умножили количество болезней — мы сделали больше, мы увеличили их смертность”.

Знаменитый доктор Бейли, у которого, по-видимому, была долгая и прибыльная практика, заявил в конце своей карьеры, “что он не верит в медицину”, и на смертном одре часто восклицал: “Хотел бы я быть уверен, что я убил не больше, чем вылечил”.

Абернети саркастически замечает:

“В последние годы число врачей значительно увеличилось, но при моей жизни количество болезней увеличилось пропорционально”.

Британский и зарубежный ежеквартальный журнал — ведущий сторонник медикаментозного лечения — пишет:—

“Этот способ лечения болезней (Водолечение), несомненно, далек от инертности и в наибольшей степени противоположен лечению болезней с помощью ненарушенных процессов природы. *На самом деле, возможно, это самое лучшее доказательство, которым мы располагаем, целительной силы искусства, и, несомненно, при рациональном [7]регулировании оно является наиболее эффективным методом лечения многих заболеваний.* Тем не менее, это проливает поразительный свет если не на целебные силы природы, то, по крайней мере, на возможность — нет, легкость, — с которой можно обойтись без всех обычных инструментов медицинского лечения, лекарств. Если так много и таких разнообразных заболеваний излечивают полностью без лекарств, при одном особом способе лечения, разве не более чем вероятно, что лечение, состоящее почти исключительно из лекарств, может часто не давать эффекта - иногда оказывать вредное воздействие?”

Доктор Хэдленд в своем эссе о действии лекарств на организм, получившем премию, пишет:—

“Пожалуй, ни по одному вопросу ученые не расходились во мнениях больше, чем по теории действия лекарств. Либо спорящие стороны привели факты, по существу противоположные и несовместимые, либо, что почти столь же часто, один и тот же факт получил две различные и противоположные интерпретации.”

Такие цитаты, подобные приведенным выше, которые любой изучающий медицину мог бы умножать *до бесконечности*, показывают, что среди медиков широко распространены запросы и что, по крайней мере, некоторые из ее представителей недовольны правдивостью системы, которая рассматривает медикаментозное лечение как важный инструмент в лечении болезней.

Следующие замечания доктора Маклауда, содержащиеся в письме, написанном им профессору Симпсону из Эдинбурга, показывают, по крайней мере, что если непрофессионалы доверяют аллопатическим препаратам, то они доверяют системе, которая не вызывает доверия у самих врачей.

“Раньше в Эдинбургском королевском лазарете было несколько палат, которыми заведовали три члена Королевского колледжа врачей. У одного врача была верхняя палата, у другого - средняя, а у третьего - нижняя. Случилось так, что в один и тот же день в больницу поступили трое молодых людей почти одного возраста, заболевших сыпным тифом. Заболевание было одинаковой тяжести у всех, и стадия жалобы у всех была одинаковой. Какое лечение применяли в этих трех случаях трое стипендиатов Колледжа? Конечно, это должно было быть *то же самое*, по крайней мере, если бы система была правильной; поскольку врачи, о которых идет речь, выбрали бы лучших. Но, сэр, это было не то же самое. Он в верхней палате пускал пациенту кровь с помощью ланцета и пиявок. Он в средней палате лечил своего пациента сильнодействующими слабительными. Ему в палате низкого уровня, опять же, давали виски, вино и опиаты. Каков был результат таких прискорбных выходов? Я отсылаю вас к статистическому справочнику; я не сомневаюсь, что вы найдете его там!”

Раньше в университете два профессора поочередно читали лекции по клинической медицине. Однажды случилось так, что у каждого из них в одно и то же время на попечении был острый случай *перикардита*. Профессор, читавший лекцию по его делу в понедельник вечером, сказал по существу следующее:—

“Джентльмены. Что касается лечения этого заболевания, то существовала практика *введения больших доз ртути*, чтобы привести организм под ее действие, и чтобы это произошло как можно быстрее, с ней обычно сочетают небольшие количества опиума. *Эту практику я, однако, считаю*[8]*ошибочной; поскольку я наблюдал бесконтрольное прогрессирование* заболевания, *даже во время* обильного слюноотделения..... Наиболее эффективным средством — фактически нашим *средством от простыни- при этом заболевании является* рвотное средство от “зубного камня”. Вы, наверное, заметили, какие большие дозы я ввел этого средства, и все же пациент, кажется, от этого не страдает. Фактически, организм при этом заболевании, как и при некоторых других, отличается замечательной переносимостью рвотного средства из зубного камня”.

Когда лекция закончилась, я покинул зал, полагая, что услышал какую-то великую истину и *знаю лучше*, чем час назад, как спасти жизнь. В среду вечером, на той же неделе, в том же зале и перед теми же студентами читал лекцию другой профессор. Лекция была посвящена острому случаю *перикардита* возникшему у него под наблюдением в больнице. Описав случай и в общих чертах описав характер и развитие болезни, он высказался по существу следующим образом:

“Джентльмены.— Замечательно, что должны быть какие-либо различия в способах лечения такого заболевания, как это, я полагаю, что итальянская и французская школы так настойчиво пропагандируют применение рвотного камня; но я бы настоятельно призвал вас *не доверять* этому средству, потому что, если вы сделаете это, вы будете опираться на *сломанную трость*. Нашим *якорем* при этом заболевании является *ртуть*, под действие которой вы должны доставить пациента как можно скорее и как можно более свободно - даже кровотечение не имеет большого значения по сравнению с использованием ртути. То и другое вместе, *то есть*, ртуть и кровопускание, конечно, лучше всего; но в любом случае используйте *ртуть* и *никогда не доверяйте рвотному средству с винным камнем*.”

“Таким образом, врачи расходятся во мнениях, и пациент умирает”.

Как в театральном мире заглядывание за кулисы разрушает иллюзию пьесы, так и в реальном мире такие откровения, подобные вышеизложенному, хорошо рассчитаны на то, чтобы потрясти вдумчивые умы и до основания поколебать слепую и неразумную веру в аллопатическую систему.

Разве не напрашивается размышление при чтении такого откровения, как приведенное выше, — поскольку невозможно, чтобы практика *обоих* этих ученых профессоров могла быть правильной, не возможно ли, что практика *обоих* может быть неправильной?

Этот выдающийся врач, покойный сэр Филип Крэмpton, имел обыкновение предупреждать всех своих пациентов с подагрой и ревматизмом избегать применения *colchicum*, называя его “отчаянным средством” и утверждая, что лучше терпеть любую боль, чем прибегать к нему. Это было обдуманное мнение одного из самых способных людей в своей профессии, который, должно быть, был полностью убежден в его пагубном воздействии; и все же это средство продолжают назначать тысячам людей, с каким результатом, пусть засвидетельствуют те, кто испытал его на себе. Таким образом, здесь снова возникает *серьезное* разногласие на практике между представителями медицинской профессии, в котором одна сторона опять должна быть неправа. Если тех, кто употребляет *colchicum*, причислить к последним, к которым *причислили бы наши собственные страдания* [9], то их жертв вполне можно пожалеть. Если *colchicum* не является ядовитым лекарством, почему сэр Филип Крэмpton так решительно выступил против него? Если это так, может ли быть правильной та система, которая предписывает его в качестве лекарственного средства? Такова система, называемая ортодоксальной, называющая шарлатанами всех, кто осмеливается отличаться от нее.

Прежде чем мы приступим к выяснению, открыт ли нам какой-либо выход из этого неудовлетворительного положения дел - была ли открыта какая-либо система, более понятная в своих принципах и более надежная в своем действии, профессора которой, как оказалось, согласны в своей практике, вместо того чтобы придерживаться мнений, прямо противоположных друг другу, — мы хотели бы с уважением сказать несколько слов тем, от кого мы часто слышали восклицания: “Я не могу поверить, что система, которая существовала так

долго, как аллопатическая, может быть неверной; если бы это было так, то она давно была бы разоблачена и ее ошибки опровергнуты. Нет; когда я размышляю о том, как долго это существует, я не могу не поверить, что это правильно”. Таким мы просто скажем, что мы милосердно надеемся, что они не сочтут это восклицание аргументом, и что если бы они задумались на мгновение, то им следовало бы вспомнить бесчисленные примеры, когда ошибка существовала веками, не опровергнутая, и с ней соглашалось все человечество; что по их принципу ошибка должна преобладать в точной пропорции к ее величию, поскольку старейшие ошибки являются самыми ранними, а самые ранние, вообще говоря, являются величайшими, младенчество каждой науки является ее наиболее несовершенной стадией. Согласно им, в настоящее время мы должны верить, что солнце движется вокруг земли, потому что эта доктрина господствовала более 5000 лет, и “если бы она была неверной, то не могла бы просуществовать так долго”. Если бы такие люди лучше изучили человеческую природу, они признали бы истинность строк Горация, особенно применительно к медицинской профессии, которая, за некоторыми почетными исключениями, всегда выступала против любых нововведений в своей системе с самой бескомпромиссной враждебностью —

“Vel quia nil rectum, nisi quod placuit sibi, ducunt,

Vel quia turpe putant parere minoribus et. вопрос

Imberbes didicere, senes perdenda fateri;”²

враждебность, которую можно отнести только к последствиям профессиональной привычки и предрассудков. В такой профессии реформа должна быть вызвана действием просвещенного общественного мнения, которое, не искаженное предрассудками и не скованное [10] профессиональными рамами, свободно воспринимать истину и придерживаться ее, когда она обнаруживается. Когда общественность возьмет на себя инициативу, медицинская профессия “двинется дальше”, но не раньше. Нам жаль, что мы вынуждены делать эти замечания, но мы обращаемся к истории медицинской профессии в прошлом и настоящем, а также к наблюдениям наших читателей, чтобы подтвердить их правдивость.

Сэр Бульвер Литтон хорошо заметил:

Небольшое размышление показало мне, что представители образованной профессии, естественно, являются теми самыми людьми, которые меньше всего склонны одобрять нововведения в тех практиках, которые обычаи и предписания сделали священными в их глазах. Юрист - это не тот человек, с которым можно консультироваться по поводу смелых реформ в юриспруденции. Вряд ли можно ожидать, что врач признает, что водолечение излечит болезни, которые не поддавались воздействию множества ампул ”.

В поисках какой-либо терапевтической системы, более удовлетворительной, чем аллопатическая, более простой по своим принципам и более согласующейся с законами природы, мы выбираем для изучения гидропатию из-за большого успеха, сопутствующего ее практике, простоты и рациональности ее процессов, а также высоких рекомендаций, полученных ею от нескольких выдающихся людей, среди которых мы выделяем следующие. Мистер Герберт Мэйо, старший хирург больницы Мидлсекса, говоря о водолечении, так выражается:

“Это (водолечение) более чем удваивает нашу способность творить добро. Конечно, это встретит большое противодействие, но ничто, *исходящее откуда угодно, не сможет помешать его прогрессу и прочному укоренению*. Это похоже на Истину, которую нельзя ниспровергнуть”.

Сэр Чарльз Скудамор, доктор медицины, излагает свое мнение следующим образом:

“Принципы лечения методом водного отверждения основаны на природе и истине. В наших силах новое и наиболее эффективное средство для облегчения и излечения болезней в различных формах, и в умелых руках оно столь же безопасно, сколь и эффективно. Я не был бы другом ни человечеству, ни медицинской науке, если бы не давал своих показаний в их рекомендациях”.

Доктор Джеймс Джонсон, редактор *Medical Quarterly*, так пишет о водолечении:—

“Его первостепенное достоинство заключается в том, что он предохраняет организм многих людей от легочной чахотки”.

Это немалые рекомендации, которыми должна обладать любая система. Поэтому давайте, с разрешения читателей, сразу приступим к изучению принципов и способа действия этой новой системы и посмотрим, насколько она может подтвердить право называться *истинно рациональным и естественным способом лечения болезней*.

Самые выдающиеся физиологи современности сходятся во мнении, что болезнь в целом - это попытка природы облегчить^[11] состояние системы материи, вредное для ее благополучия. В таком случае естественный и отвечающий здравому смыслу способ *лечения* болезни, очевидно, заключался бы в оказании помощи природе в ее усилиях по изгнанию болезненной субстанции из организма и, таким образом, избавлению его от угрожающей ему опасности. Так вот, именно на этом принципе основана водолечение; оно помогает, поощряет и усиливает усилия природы по самоисцелению, вместо того чтобы раздражать, пресекать и ослаблять эти усилия пагубным приемом лекарств.

Чтобы сделать предыдущую позицию понятной нашим читателям, необходимо исходить из предпосылки, что действие всех активных лекарств зависит от принципа (признаваемого всеми физиологами), согласно которому природа всегда прилагает постоянные усилия к самоисцелению, никогда не прекращая своих попыток избавить организм от любых вредных веществ, которые могут присутствовать в нем. Именно это усилие природы по удалению раздражающего вещества из организма заставляет лекарство оказывать свое действие. Таким образом, когда препарат из серы вводят в качестве лекарства, природа, стремясь избавиться от серы, открывает свои поры, чтобы удалить ее. Это доказывается возникающим потоотделением и тем обстоятельством, что при анализе обнаруживается, что все, что соприкасается с пациентом, в значительной степени пропитано компонентами лекарства; —хорошо известный факт потускнения всех серебряных изделий, окружающих человека, является иллюстрацией этого эффекта;-в дополнение к этому желудок ослабляется и раздражается лекарством, которое было влито в него; и далее, если доза повторяется, природа, постепенно привыкая к незваному гостю, прекращает свои негостеприимные усилия по его изгнанию, и, как следствие, желудочно—кишечный тракт ослабляется. как следствие, лекарство не оказывает должного эффекта. Мы здесь упомянули о *успешном* введении лекарственного средства, но во многих случаях оно полностью не приводит к желаемому результату, оказывая вредное воздействие на

другие органы системы, совершенно противоположное ожидаемому эффекту. Теперь мы сравним это лечение с водолечебным методом получения эффекта, на который нацелены потогонные средства. Вместо того, чтобы травмировать желудок, заливая в него вредные лекарства, водолечебница сразу же обращается к большому органу, на который он стремится воздействовать, а именно к коже; его обычные приспособления, состоящие из лампы и турецких бань, и результат таков, что с помощью его метода на кожу в течение примерно получаса оказывается сильнейший эффект, после чего пациент чувствует облегчение, укрепляется, и бодрость, в желудок не попадают вредные вещества, которые раздражают его оболочки, вызывая тошноту и [12]другие неприятные результаты, и процесс можно *повторять* так часто, как это может быть необходимо, с неизменным эффектом. Кто когда-либо видел пациента, выздоравливающего от процесса потоотделения при ортодоксальном аллопатическом способе лечения, который не был ослаблен и удручен этим, в то время как бодрость духа и укрепление организма являются обычным сопровождением водолечебного процесса. Возьмем другой пример из процесса упаковки во влажную простыню и изучим его влияние на уменьшение воспалительных и лихорадочных проявлений. С помощью этого простого метода пульс часто снижается до 120 пульсаций в минуту до шестидесяти пяти, в короткий период три четверти часа, обращение выравнивается по всему телу, и успокаивающее действие, произведенное на больного, который язык не описать—это результат, который не лекарство или комбинацию препаратов, в целом фармакопеи, способна производить—в таком случае, опять же, немного снижая прочности производится, и желудок опять спасти от повреждения и раздражающего воздействия рвотным и других препаратов; вместо лихорадка бушевала в течение трех *недель*, это вообще сразил на столько *дней*, когда пациент идет вперед, но немного уменьшенная в силу, а не слабый, жалкий, изможденный и с перспективой каких-то шесть недель ждал, пока он восстанавливается в свое любимое сила. Сэр Бульвер Литтон так описывает, исходя из личного опыта, процесс упаковки в мокрый лист:

Простыню после того, как она хорошо пропитана, хорошо отжимают — пациент быстро заворачивается в нее — несколько одеял перевязаны, пуховое покрывало подоткнуто поверх всего; таким образом, особенно там, где температура наименьшая, первый кратковременный озноб быстро сменяется постепенным и живительным теплом, совершенно свободным от раздражающего сухого жара — за восхитительным чувством легкости обычно следует сон, более приятный, чем когда-либо вызывало обезболивающее. Кажется настоящей жестокостью быть вырванным из этого волшебного пояса, в котором боль убаюкивается, лихорадка остывает, а бдительность погружается в дремоту”.

Что касается эффектов укладки в мокрую простыню при гиперемии печени и других внутренних органов, мы опасаемся, что снова следует провести неблагоприятное сравнение между эффектами аллопатического и водолечебного методов лечения. В этих случаях цель, на которую следует воздействовать, состоит в том, чтобы освободить угнетенные и перегруженные органы от переизбытка крови, которой они переполнены; и нам кажется, что этот эффект достигается более определенно, быстрее и более надолго, без последующих вредных последствий, с помощью укладки в мокрую простыню и других водолечебных приспособлений, среди прочего, сидячих ванн, чем это возможно с помощью всех лекарств, имеющих в Аптеке. Фактически, водолечение, по-видимому, обладает[13]большей способностью *контролировать кровообращение и регулировать токи крови*, чем любая другая терапевтическая система, которая до сих пор была нам открыта; оно может стимулировать кровообращение при недостаточности, уменьшать его при возбуждении и расстройстве, определять его от головы в

случаях апоплексии и похолодания ног и выводить его на поверхность тела в случаях застойных явлений во внутренних органах. Механизм, способный производить эти эффекты без *ослабления* конституции и обладающий, кроме того, способностью укреплять и стимулировать нервную систему при ослаблении, а также успокаивать и ослаблять раздражение, где бы оно ни возникало, более эффективно, чем любой опиат; мы говорим, что такая система всегда должна занимать высокое, если не ведущее место среди всех существующих систем гигиены. Таким образом, доктор Уилсон описывает физиологические эффекты упаковки во влажный лист:

“Он соответствует многим показаниям в зависимости от различных фаз заболевания; если вы вернетесь к тому, что я сказал о конкретных действиях и эффектах процесса упаковки, вы увидите достаточные основания для использования нами неоценимой помощи влажного листа при хронических заболеваниях. При этих заболеваниях мы часто хотим, чтобы было отведено тепло, мы хотим успокоить нервы, выровнять кровообращение, дать мышцам отдых, снять усталость, определить выход жидкостей на поверхность, устранить внутренние застойные явления, установить равновесие жидкостей, стимулировать выделение и выдыхание, расщеплять и выводить твердые вещества, находящиеся в плохом состоянии, увлажнять ткани кожи, опорожнять и очищать ее капилляры, успокаивать чувствующие конечности, а через это успокаивать мозг в целом. с одной стороны, и ганглионарная ³-я система, подлежащая возбуждению, с другой”.

Сколько жизней было принесено в жертву практикой кровотоечения при лихорадке и воспалительных заболеваниях, из-за отказа от укладки во влажную простыню, которая не вызывает потери сил и не оставляет после себя слабости и, как следствие, длительного выздоровления, к которым неизбежно приводят кровотоечение и сильные лекарства. Для нас, действительно, необъяснимо, как к такому безумному процессу, как кровотоечение, все еще можно прибегать в этом просвещенном 19 веке, к процессу, который лишает природу ее *жизненной* жидкости и позволяет течь потоку, от которого *зависит само наше* существование.,⁴ Как можно защитить это использование источников жизни [14], когда для принятия врачом предлагается средство для уменьшения воспаления без уменьшения силы, которое своим действием очищает кровь, уменьшая лихорадку за счет отвода тепла и удаления сыворотки или водянистой составляющей крови, содержащей все ее примеси. Будет ли тогда общественность доверять врачу, который, когда его пригласят вылечить их, ослабит их кровотоечением и *поможет* действию природы, *лишив* ее той жизненно важной жидкости, от наличия которой зависят ее способности к самовосстановлению? Предпочтут ли они систему, обеспечивающую пациенту длительное выздоровление, той, при которой он выздоравливает от своей болезни без какого-либо ощутимого снижения своих сил или ущерба своему телосложению? Короче говоря, операция упаковки в мокрый лист настолько необычна и удовлетворительна по своим результатам, что тот, кто отказывается ее использовать, должен отстать, в то время как успех сопутствует усилиям того, кто разумно применяет ее в тех случаях, для которых она подходит.

Далее требуют нашего внимания компресс и горячая ступа; и то, и другое обычно прикладывается к желудку; последняя состоит из вулканизированного резинового мешка, наполненного горячей водой, который кладут поверх полотенца, нижние складки которого смачивают и прикладывают к телу, что является наиболее эффективной и удобной формой разжигания; эти средства применяются при лечении почти всех хронических заболеваний, при

которых наблюдается патологическое действие желудка, печени или почек; эту форму ступы доктор Уилсон называет

“Ne plus ultra для припарок, успокаивающих и деривационных средств, которые благодаря ему получают наиболее совершенными и в наибольшей степени. Каждая операция оказывает на глубоко укоренившееся хроническое раздражение, как одно из своих качеств, благоприятный эффект в виде легкого волдыря или горчичной пластинки, без каких-либо из своих недостатков, и при острых воспалениях, при всех нервных или невралгических болях, при коликах, желчегонных явлениях или тошноте желудка, или других нарушениях пищеварения из-за диетических ошибок, и при недомогании, сопровождающемся лихорадкой и воспалениями, при ангине и т.д., Или при поражениях легких и дыхательных путей, тогда оказывается, что это наиболее приятное и действенное средство. обезболивающее и выравнивающее кровообращение”.

По сути, он выполняет самые полезные действия опиатов без какого-либо риска закупорки печени или возникновения той тошноты и атонии желудка, а также всего, кроме паралича нижних отделов кишечника, которые возникают в результате употребления наркотических средств.

“Никаких нервных раздражений, - говорит доктор Уилсон, - никаких застойных явлений во внутренних органах, особенно если они образовались недавно, но вскоре проходят под действием этого мощного *противного рубцового средства и болеутоляющего*. С рассасыванием этих внутренних [15]скоплений происходит устранение болей и спазмов, или метеоризма, который, возможно, перерос в тяжелое состояние страдания, освобождение от желчных и нервных головных болей, невралгических болей, астматических припадков и т. Д. Все они имеют близкое или отдаленное происхождение в висцеральных препятствиях, застойных явлениях и т. Д. В большинстве случаев, когда на более длительное или более короткое время нарушается какая-либо органическая деятельность, нарушается сон или возникает беспокойство, а пациент раздражен и истощен до последней степени; с помощью возбуждающих средств за короткое время органическое спокойствие сменяет органическое смятение, легкость сменяется возбуждением, и весь аппарат начинает работать нормально и с новой энергией. То, что я только что описал, вы можете часто слышать от моих пациентов в том же духе”.

Эффект горячего ступа в устранении раздражения внутренних органов, непосредственной причины дизентерии и т. Д., Весьма примечателен, и, зная о его последствиях, мы часто сожалели, что не прибегли к такому простому и рациональному средству при лечении тех болезней, от которых наша благородная армия была более чем уничтожена в конце Крымской кампании. По этому поводу доктор Уилсон замечает:

“Мое убеждение было настолько сильным, что я написал своему хорошему другу лорду Рокби с просьбой предложить мои услуги через мистера Сиднея Герберта. Я предложил поехать и остаться там (в Скутари) полностью за свой счет, не как ‘водный врач’, а как обычный практикующий врач, готовый протянуть руку помощи и принести пользу обществу. Я заявил, что почти семь лет прожил в больницах, впоследствии был свидетелем практики почти всех крупных больниц Европы и мог проводить простые операции и любые ампутации без предварительной подготовки: у меня было двадцать пять лет практики. Через несколько недель я получил вежливое письмо, в котором меня благодарили, но опасались, что это

невозможно сделать из-за того, что так не принято. Примерно в это же время раздался призыв к медикам, тех, кто работал в больницах, было слишком мало для такой работы, они были измотаны переутомлением”.

Далее он добавляет—

“У меня было очень много пациентов, страдающих хроническими заболеваниями, вызванными климатом, внешним воздействием, отсутствием ухода и т. Д., Пациентов из Индии, Цейлона и Антиподов, с длительно сохраняющейся диареей, дизентерией и трудноизлечимой лихорадкой интермиттирующего характера. После успеха этого простого лечения в этих случаях я не переставал сожалеть о том, что не поехал в Скутари сам, без разрешения или представления. Я мог бы внедрять эту практику постепенно, будучи уверенным, что для того, чтобы медицинский персонал воспринял ее с большим удовлетворением, требовалось всего лишь испытание”.

Мы искренне присоединяемся к доктору Уилсону в этом сожалении, поскольку это привело бы к введению этого средства, если бы оно оказалось эффективным, и заставило бы замолчать его сторонников, если бы оно оказалось неэффективным. Нигде эти две системы не могли быть подвергнуты более суровым и удовлетворительным испытаниям, и мы все выиграли бы от результата; относительные достоинства двух систем были бы определены, и общественности больше не пришлось бы колебаться между ними.

Следующими по важности являются сидячие ванны и ванночки для ног.[16]Первое средство действует с заметным эффектом при застойных явлениях в печени и других внутренних органах; отводя тепло от поверхности тела, находящегося под его воздействием, оно вызывает перенос жидкостей из центра наружу, и застойные органы освобождаются от избытка крови, поскольку она таким образом выводится на поверхность; этот эффект, сначала временный, становится *постоянным*, когда использование ванны продолжается в течение некоторого времени. Давайте теперь сравним действие этой ванны при застойных явлениях в печени с лечением, обычно проводимым ортодоксальными врачами. Их лечебные средства заключаются в дозировании каломели или тараксака или в наложении пиявок на пораженный участок. Два первых стимулируют деятельность печени, несмотря на застой крови, который угнетает ее, но они не пытаются устранить причины этого застоя, результатом которого является то, что печень, ослабленная своими неестественными нагрузками, вытекающими из введенных ей неестественных стимуляторов, погружается — после того, как действие неестественного стимула ослабевает — в более ослабленное и истощенное состояние, а первоначальная причина застоя остается неустранимой, и дела становятся хуже, чем вначале. В случае постановки пиявок местное кровотоечение *на время* снимает воспаление, но это средство нельзя применять ПОВТОРНО из-за слабости, которую оно вызывает, и как обстоят дела, когда кровотоечение прекращается? *Болезнь* остается в *statu quo*; однако не так обстоит дело с конституцией, поскольку она ослаблена кровотоечением, и, следовательно, природа не в состоянии вылечить себя, в результате возникает *хроническое* заболевание печени. С другой стороны, водолечебное лечение, необходимое для отвода крови из закупоренного органа на поверхность и, таким образом, устранения болезни, может повторяться так часто, как желательно, с постоянно усиливающимся эффектом, пока упорство в лечении не принесет постоянного облегчения и общее состояние пациента не улучшится, *pari passu*, с излечением его конкретного заболевания. Действие сидячей ванны, по-видимому, является либо

тонизирующим, либо расслабляющим в зависимости от продолжительности времени, в течение которого она применяется; если желателен тонизирующий эффект, назначается период, варьирующийся от десяти до пятнадцати минут— если необходимо добиться расслабляющего или производного эффекта, период продлевается до получаса или сорока пяти минут.

Мы сочли бы излишним делать какие—либо замечания о вредном воздействии ртути, которое, как мы думали, было[17] признано всеми, если бы не то, что недавно мы услышали, как один уважаемый врач назвал ее “самым полезным веществом”, главным возражением против которого было то, что “люди от нее слишком толстеют”. Это мнение немало удивило нас, и мы почувствовали, что, когда привычка⁵ и предрассудки могут настолько извратить разум врача, что заставить его смотреть на ядовитое вещество как на несомненное благо, мы могли бы легко объяснить трудность, которая всегда была опытный в обращении медика - за неудовлетворительное состояние медицинского искусства и за то, что оно так долго упорно следовало рутинной практике наших предков. Когда ум не может уловить разницу между черным и белым, бесполезно ставить перед ним менее очевидные различия. Теперь мы процитируем мнение Дитриха относительно действия этого “полезного” ингредиента, ртути, в интересах данного врача и тех наших читателей, которые, возможно, до сих пор были согласны с ним. Он говорит нам, что...

“Вскоре после установления слюноотделения на крови появляется воспалительная корочка; в более поздний период ее цвет становится более темным, а свертываемость снижается; доля сгустка и, следовательно, фибрина в сыворотке (или водянистой части) становится меньше; образование белка и слизи снижается до образования сыворотки; все органические образования пациента менее последовательны и связны”..

Какое мнение является правильным, пусть судит общественность. Мы не будем предвосхищать их вердикт никакими нашими дальнейшими наблюдениями, а просто спросим их, если окажется, что ртуть не нужна, как можно защитить ее дальнейшее использование?

Доктор Фарре пишет в спортивном ключе следующее:—

*“Полная, полнокровная женщина с пурпурно-красным цветом лица обратилась ко мне за консультацией * * * Я дал ей ртуть и за шесть недель сделал ее белой, как лилия.”*

Если это то, чем хвастается аллопат, и одно из результатов, которых он добивается, мы поздравляем его с печальным успехом, который обычно сопутствует его усилиям.

Что касается использования ванночки для ног, мы можем заметить, что теория ее применения опровергает все наши предвзятые представления о надлежащем способе лечения тех заболеваний, от которых она обычно назначается. Например, старый способ лечения приливов крови к голове или холодных ногам состоял в том, чтобы прикладывать холод к голове и тепло к ногам в виде горячей фланели, горячих кирпичей и горячих ступ.[18]Итак, водолечебный метод лечения прямо противоположен этому, а именно: купать голову в теплой воде и опускать ноги в холодную воду примерно на глубину трех дюймов, до лодыжек— трение ступней, сопровождающее их погружение; все это продолжается около десяти минут. Пусть любой человек, страдающий от холодных ног, попробует это средство, и он убедится в истинности принципов, которые его предписывают. Его обоснование заключается в следующем: — Прикладывание к голове теплой воды той же температуры, что и к телу, не увеличивает приток к

ней крови, в то время как последующее испарение с влажной и теплой поверхности головы постепенно охлаждает ее и, таким образом, уменьшает приток к ней крови, в то время как прикладывание холодной воды к ногам имеет, “в качестве вторичного результата, привлечение и удержание в этих частях большого количества крови и, следовательно, повышение температуры там. Фактически, - продолжает доктор Галли, - холодная ванночка для ног продолжительностью двенадцать-пятнадцать минут, *закоторой следует получасовая прогулка* - это самый верный способ согреть ноги, который только можно придумать; точно так же, как, напротив, самый верный способ *безопасить замерзшие ноги* - это погрузить их в *горячую* воду. То же самое относится и к рукам. Когда пациент в состоянии взять его, необходима прогулка, чтобы добиться упомянутой реакции циркуляции, - добавляет он, - тепло сохраняется в течение нескольких часов. Очень часто я слышал, как люди говорили, что у них не было холодных ног с тех пор, как они начали принимать холодные ванны для ног”.

В отношении купания в целом, по—видимому, преобладают очень ошибочные мнения, два из которых мы заметим только: -Во-первых, что для нежных телосложений купание опасно, потому что в организме не происходит *реакции*; —во-вторых, что опасно купаться в холодной воде, когда тело нагрето. На первый мы отвечаем, что независимо от того, насколько хрупким может быть организм, *реакция всегда может быть получена*, если использовать воду *надлежащей* температуры; эта температура будет варьироваться в зависимости от жизнеспособности человека — чем более хрупким является человек, тем теплее должна быть вода. Хрупкий человек часто получает такой же шок и пользу для своего организма от воды температурой 80 °, какую сильный человек, возможно, может получить от воды температурой 42 °. На второе мы отвечаем, что более ошибочное мнение ни в коем случае не могло преобладать, и что рассматриваемая идея *прямо противоположна истине*; факт в том, что тело не может быть слишком теплым для холодного купания, всегда при условии, что такое тепло не было произведено за счет телесной вялости и усталости, поскольку в таких случаях система будет слишком ослаблена, чтобы эффективно реагировать после[19]ванны; но за этим исключением, чем *теплее тело*, тем *больше* будет реакция и польза. получено, и тем дольше купальщик может продолжать безнаказанно нежиться в ванне. Тело никогда не бывает так хорошо рассчитано на то, чтобы противостоять воздействию холода, как при нагревании; и единственная опасность, которой можно опасаться при холодном купании, - это опасность, возникающая при входе в воду в охлажденном состоянии, когда из-за низкой жизнеспособности организма последующая реакция становится несовершенной. Следует помнить следующие принципы: —что без последующей реакции никакая ванна не приносит пользы —следовательно, для обеспечения реакции всегда следует использовать воду *надлежащей* температуры, а для согревания следует выполнять упражнения непосредственно до и после холодной ванны, когда это практически возможно; что чем холоднее ванна (при условии, что реакция последует), тем больше ее польза, реакция всегда пропорциональна температуре принимающего ванну и воды, в которой он принимает ванну. Всякий раз, когда обнаруживается, что купание кому-либо не нравится, всегда обнаруживается, что некоторые из предыдущих условий были проигнорированы, очень распространенной ошибкой является заход в воду в охлажденном состоянии и пребывание там в течение двадцати минут, когда *пяти* было бы, возможно, более чем достаточно; затем сменяются головная боль, вялость и озноб, и нам говорят, что купание не приносит пользы. При *таком* купании было бы удивительно, что этого не произошло.

Далее мы хотели бы сделать несколько замечаний о различных способах лечения легочной чахотки, этой смертельной и загадочной болезни, которая так долго ставила в тупик лечебные усилия самых выдающихся врачей своего времени, и отрадно обнаружить, что в последнее время был сделан большой шаг к рациональному и успешному методу лечения, основанному на надежных физиологических принципах, и мы надеемся, что этот метод вскоре будет широко принят медицинской профессией.⁶ Безуспешное лечение этого заболевания до сих пор бросало тень на медицинскую науку, и не следует удивляться тому, что ортодоксальный метод лечения не имел большого успеха, поскольку недавние наблюдения и накопленный опыт показали, исходя из физиологических принципов, что для излечения нельзя было придумать *худший* способ, равно как и более надежный способ усугубления заболевания. Этот новый взгляд на проблему [20] очень умело изложен в работе доктора Лейна, которую мы от всей души рекомендуем к прочтению нашим читателям, как разумное и скромное изложение преимуществ водолечебницы в случаях подобного рода. Доктор Лейн рассматривает чахотку, по сути, как заболевание *крово*, и это мнение подтверждают первые физиологи того времени и те врачи, которые имели наибольший опыт в лечении этого конкретного заболевания, сэр Джеймс Кларк, профессор Беннет, доктор Балберни и другие. Эти врачи сходятся во мнении, подтверждая наблюдение других о том, что несварение, или расстройство желудка и органов пищеварения, является универсальным предвестником легочной чахотки и что без такого расстройства чахотка невозможна. Вследствие этого болезненного состояния органов пищеварения усваивается несовершенная кровь, с *дефицитом* в ней маслянистых элементов и содержащая *чрезмерное* количество белковых веществ; что вследствие этого дефицита маслянистых элементов кровь неспособна преобразовываться в настоящую клетчатку для замены истощенного материала легких, и избыточное количество белка имеет тенденцию выделяться в легкие при воздействии на них холода в виде бугорков, процесс которых не сопровождается воспалительным действием. Эти факты основаны на длительных наблюдениях и прямом химическом анализе вещества, составляющего бугорки, которые состоят из почти чистого белка; и на основании этой теории удовлетворительно объясняются чудесное действие рыбьего жира при чахотке и сильное истощение тела, возникающее в результате болезни. В одном случае рыбий жир поставляет в легкой и усваиваемой форме маслянистый элемент, которого не хватает в крови; в другом случае система прибегает к жирному или жировозному веществу организма для восполнения маслянистого компонента. Но теперь возникает вопрос: если предположить, что несварение желудка является универсальным предвестником чахотки, то от чего происходит это несварение и, как следствие, несовершенная ассимиляция крови? Этот вопрос доктор Лейн не затрагивает, но мы полагаем, что доктор Бартер, известный врач-водолечебница из Бларни, считает, что это происходит из-за недостаточной жизнеспособности⁷ в крови, вызванной дефицитом кислорода в системе, более непосредственно происходящим [21] из-за недостаточной вместимости легких и несовершенного действия кожи. Следует помнить, что кожа и легкие являются дополнительными органами; остановите действие *любого из них*, и неизбежно наступит смерть, и от их совершенного или несовершенного действия зависит совершенное или несовершенное здоровье. Этот взгляд на болезнь иллюстрируется историей обезьяны: в ее диком состоянии, как утверждают лучшие авторитетные источники, она никогда не заболевает чахоткой, но приручают животное, вызывая таким образом плохую работу легких из-за недостатка достаточной физической нагрузки и полезного воздуха, а также несовершенную работу кожи, возникающую по той же причине, и оно обычно умирает от этой болезни. Эти наблюдения в равной степени применимы ко всем случаям золотушной дегенерации, которая, по оценкам

врачей, преждевременно уносит одну шестую часть всего человеческого рода.⁸ Относительно этой ужасной болезни, бича рода человеческого, достаточно отметить, что чахотка является всего лишь ее формой и, более того, является *наследственной*, что подтверждает мнение о том, что это настоящая *болезнь*.

Сославшись на тот факт, что легкие и кожа являются дополнительными органами — основная обязанность обоих заключается в *ваэрации* крови, — возможно, будет интересно представить нашим читателям следующие выдержки из результатов экспериментов месье Фурко, имеющих отношение к этому предмету. Эти эксперименты были проведены с целью установления эффекта подавления транспирации кожей у животных при покрытии их тел непроницаемым лаком. Комитет Французского института так описывает эти эксперименты:

“Веществами, которые он использовал, были гивет-клей, декстрин, смола и деготь, а также несколько пластмассовых составов; иногда лаком покрывали все тело животного, в других случаях - только более или менее обширную его часть. Несчастные случаи, которые следуют за этим процессом, являются более или менее полными или неполными, общими или частичными. В каждом случае здоровье животных вскоре значительно ухудшается, а их жизнь оказывается в опасности. Те, кто подвергся этим экспериментам, по нашим наблюдениям, умирали в течение одного или двух дней, а в некоторых случаях *всего за несколько часов*.

“По мнению комитета, эти эксперименты представляют большой интерес [22] для будущего, * * * * эксперименты М. Фурко не могут не пролить новый свет на физиологические и патологические явления, зависящие от двойной функции кожной системы - *вдоха* и *выдоха*”.

Сам месье Фурко так пишет:

“Слизистые оболочки были не единственными участками, пострадавшими от искусственного подавления нечувствительного потоотделения. Мы также наблюдали образование серозных выделений в перикарде и даже в плевре. Таким образом, эти выделения демонстрируют, что водянки встречаются в том же организме, что и слизистые выделения. Несколько собак умерли от паралича нижних конечностей, они могли передвигаться только на передних лапах; некоторые умерли *сатрофией*, и в их легких появились милярные *бугорки*, которые, как мне показалось, из-за их белизны и мягкости были *недавнего* образования. Следовательно, теперь уже невозможно было сомневаться в влиянии подавления незаметного потоотделения кожи на изменения в крови, слизистых и серозных выделениях и, наконец, на развитие местных поражений.

Но результаты этих экспериментов отличаются *в целом* в зависимости от того, является ли наложение пластыря частичным или общим, или поскольку оно приостанавливает действие кожи частично или полностью. В первом случае изменение крови не заходит так далеко, чтобы вызвать растворение ее органических элементов; она может свертываться и в некоторых редких случаях представлять собой охристую оболочку слабой консистенции, имеющую некоторое сходство с той, которая обнаруживается в крови при воспалении. Что касается пораженных тканей, то они, однако, как мне представляется, отражают анатомические особенности последствий местного воспаления.

Но когда нанесение очень клейких веществ на все тело быстро подавляет кожный выдох и, следовательно, предотвращает воздействие воздуха на кожу, смерть наступает гораздо быстрее и, по-видимому, является результатом *истинной асфиксии*. Дыхание животных, над которыми проводились эксперименты, затруднено; они делают глубокие вдохи, чтобы вдохнуть большее количество воздуха, чем обычно; их смерть насильственна и часто сопровождается конвульсивными движениями. При вскрытии мы обнаруживаем в венах и правых полостях сердца, иногда также в левой, но очень редко в артериях, черную текучую кровь, иногда образующую мягкие и текучие сгустки и свертывающуюся очень несовершенно при воздействии атмосферного воздуха. Это растворение крови способствует образованию больших экхимозов и излияниям в легкие и другие органы, обычно вводятся в капиллярные сосуды; — можно видеть, что изменение состава крови было истинной причиной застоя кровообращения в этом порядке сосудов. * * * * *

“Важно заявить, что человек, так же как и животные, умирает от *кожной асфиксии*, когда его тело покрывают непроницаемыми тканями. В другой работе я подробно опишу результаты моих исследований по этому предмету, а факты, которые все еще принадлежат всеобщей истории, войдут в область медицины. Так, во Флоренции, когда Лев X был возведен на понтификат, ребенка с ног до головы покрыли позолотой, чтобы олицетворять золотой век. Этот несчастный ребенок вскоре умер, став жертвой физиологического эксперимента нового рода. Я позолотил, посеребрил и консервировал нескольких морских свинок, и все они умерли, как тот ребенок во Флоренции”.

[23]

Мсье Фурко, подводя итог своим исследованиям, замечает следующее:

“Катар носа, диарея, паралич, маразм, судорожные движения и, наконец, явления *асфиксии* также являются результатами тех же экспериментов. Кожная асфиксия может привести к смерти человека и животных; при этом заболевании кровь в высшей степени обладает охлаждающими и одуряющими свойствами ВЕНОЗНОЙ крови”.

Приведенные выше выдержки являются нашим ответом тем поверхностным врачебным возражениям, которые будут утверждать, что смерть в приведенных выше случаях вызвана не удалением атмосферного воздуха из организма, а подавлением выделения ядовитых солей кожей. Эффекты подавления наиболее ядовитых и раздражающих из них хорошо известны врачу, но их явления не имеют аналогии с теми, что представлены в рассматриваемом нами случае, который демонстрирует все симптомы и видимость истинного *удушья*. Если, однако, доказательств этих экспериментов недостаточно, чтобы убедить их в том, что недостаток воздуха, вызывающий симптомы удушья, был реальной причиной смерти в вышеуказанных случаях, мы будем готовы встретиться с ними на более удобном поле боя, где можно будет свободно приводить аргументы, которые окажутся лишь утомительными и непонятными для непрофессионального читателя, в поддержку нашей позиции

Если бы не утомительное перечисление примеров, можно было бы привести еще много, например, опасную стадию оспы, возникающую одновременно *спрыском* пустул, когда поверхность тела частично покрывается лаком, и тот факт, что ожог опасен не пропорционально его *глубине*, а *ширине*.

Теперь, если допустить, что основная причина чахотки, восходящая к ее первопричине, кроется в недостаточном снабжении организма кислородом (что, безусловно, можно предположить благодаря успеху лечения, основанного на этой теории), мы бы попросили наших читателей серьезно спросить себя, как можно вылечить чахотку с помощью лекарств и как можно доставить столь необходимый кислород в кровь с помощью каких-либо процедур подобного рода? Мы думаем, что результаты такой системы дают окончательный ответ на этот вопрос; неудача отмечает ее ход везде, где бы она ни была опробована. Опять же, что касается модного средства[24]выезда за границу, 10 как мы можем получить больше кислорода в нашу кровь, выезжая за границу, чем оставаясь дома? Какое волшебство заключено в этом процессе? Мягкий климат, безусловно, может оказаться менее раздражающим, чем родной воздух, для больных легких, и страдания и беспокойство, возникающие в результате раздражения, могут быть, таким образом, уменьшены, но мы ни на йоту не приблизились к *излечению* с помощью этого устройства, и при этом мы должным образом не приступили к работе по устранению основного источника и причины заболевания.

Пусть наши читатели запомнят следующий афоризм доктора Холла: “Тесные спальни превращают множество людей в могилы”; пусть они вспомнят, что нечистая кровь является причиной чахотки, и что *нечистый* воздух вызывает *нечистую* кровь.

Следуя этим принципам, при лечении чахотки доктор Бартер использовал бы все средства, чтобы привести организм в благоприятное состояние для получения *полного снабжения кислородом*, во-первых, путем прямого вдыхания смеси кислорода и атмосферного воздуха через легкие; во-вторых, предписывая большое количество активных упражнений на свежем воздухе, когда это практически осуществимо, и спать ночью с открытыми окнами; и, в-третьих, стимулируя оздоровление кожи, 11 и последующее поступление через нее кислорода в кровь, посредством посещения турецкой бани. Мы считаем, что этот способ лечения оказался наиболее *успешным*, в то время как старый способ лечения, антиподом которого он является, а именно, содержание пациента в нагретой и нечистой атмосфере, обматывание его фланелью, 12 введение ему [25]синильной кислоты и наложение респиратора на рот, оказался наиболее неудачным и смертельным. Мы затрудняемся представить, как врачу могло прийти в голову рекомендовать использование респиратора в качестве лекарства от чахотки, поскольку более остроумного способа перекрыть доступ чистой атмосферы, необходимой для нашего существования, и заменить ее на атмосферу, насыщенную углекислотой (усугубляя таким образом болезнь, которую он пытается вылечить), придумать было невозможно. Человек в состоянии здоровья нуждается в чистом воздухе как условию своего существования; и можно ли предположить, что в состоянии *болезни* он будет способен *более успешно* противостоять воздействию яда на свой организм, чем в состоянии здоровья? Будет ли он, находясь в состоянии болезни, укреплен и усовершенствован потерей того, от надлежащего поступления чего, когда он будет здоров, зависело бы сохранение его здоровья и сил? Знакомит ли опыт наших читателей с единичным случаем выздоровления от чахотки, вызванной использованием респиратора, или, напротив, он не знакомит их во всех случаях, когда к нему прибегали, с примерами неблагоприятных последствий, сопутствующих его использованию?

В поддержку точки зрения, занятой доктором Бартером, мы хотели бы отметить, что *узкие и суженные легкие, нечистая атмосфера, нечистые привычки, сидячий образ жизни, пристрастие к спиртным напиткам и переедание* - все это напрямую ведет к перегрузке крови углеродом, а также является наиболее постоянными причинами потребления. Но *успех*

посещения этого курса лечения - это аргумент, который будет иметь наибольший вес у общественности и приведет к его принятию профессионалами в целом. Когда это произойдет, мы не допустим, чтобы больных чахоткой отправляли за границу в поисках восстановления их здоровья —

В Ниццу, где от чахотки умирает больше *туземцев*, чем в любом английском городе с равным населением— на Мадейру, где ни одна местная болезнь не распространена так широко, как чахотка— на Мальту, где одна треть смертей среди наших военнослужащих вызвана чахоткой— в Неаполь, в больницах которого регистрируют смертность от чахотки у каждого второго и трети пациентов; и, наконец, во Флоренцию, где пневмония, как говорят, носит удушающий характер и быстро переходит в финальную стадию. Сэр Джеймс Кларк с большой силой критиковал доктрину о том, что смена климата благотворна при чахотке. М. Каррьер, французский врач, выступил категорически против этого. Доктор Берджесс, выдающийся шотландский врач, также утверждает, что климат имеет мало или вообще ничего общего с лечением чахотки, и что если бы он имел, то лечебные эффекты производились бы через кожу, а не легкие, открывая поры и способствуя *лучшей аэрации крови*”.

Что касается применения синильной кислоты для снижения [26]пульса при употреблении, мы не можем СЛИШКОМ РЕШИТЕЛЬНО осуждать эту ошибочную практику. Задумывались ли когда-нибудь врачи, назначая этот яд, о том, что учащение пульса, которое они так усердно пытаются снизить, является попыткой природы обеспечить организм большим количеством кислорода за счет *усиленной* работы легких, и что чем *больше* легкие поражаются болезнью, тем *больше* это компенсирующее усилие природы: точно так же кузнец должен работать с *маленькими* или неисправными мехами *более* быстро, чем с большими, чтобы поддерживать огонь. Если это так, разрушительное действие синильной кислоты сразу же станет очевидным, поскольку из-за нее снижаются все возможности организма, а усилия природы по самореализации *самым злонамеренным образом* препятствуются. Лихорадочное учащение пульса *само по себе* не имеет значения; оно становится тревожным только как *симптом* расстройства в системе; это природа говорит нам, что что-то не так, самими действиями, которые она предпринимает, чтобы это вылечить. Что же тогда следует думать о практике, которая заглушает контрольный пульс, заглушает голос природы и *сдерживает* ее лечебные усилия, не пытаясь *вылечить* расстройство; причиняя огромный вред, в то время как это не приводит ни к чему хорошему? Дело в том, что единственное снижение пульса, которое стоит копейки, - это то, которое *следует естественным образом* из устранения *причины* его повышения, а именно недостатка кислорода в организме. То, что восполнение этой потребности приводит к *снижению* чахоточного пульса без помощи синильной кислоты, убедительно доказывается быстрым учащением пульса, вызываемым турецкой баней, — результат, наиболее удовлетворительный для физиолога, как свидетельство обоснованности теории, предписывающей ее как лечебное средство.

Упомянув об ошибочной практике заворачивания больных чахоткой во фланель, возможно, здесь будет уместно сделать несколько замечаний о происхождении калорийности в организме животных и о роли одежды в этом отношении.

Единственным истинным источником калорий у животных является та, которая вырабатывается в результате химического соединения кислорода с углеродом и другими продуктами окисления

их организма. Каждая причина, которая ускоряет и усиливает это химическое действие, увеличивает тепло животного, в то время как каждая мешающая причина вызывает холод и озноб. Именно таким образом, питье холодной воды или физические упражнения на свежем воздухе повышают тепло тела, производя полезные ¹³ отходов жизнедеятельности организма и, таким образом, стимулируя сгорание в нем химических ^[27] веществ. Следует помнить, что одежда обладает лишь эффектом *сохранения* тепла животного и *предотвращения* его рассеивания, но она ни в малейшей степени не может *создавать* его: следовательно, если произойдет что-либо, препятствующее этому действию, посредством которого только и может быть произведено тепло, вся одежда в мире не сможет согреть нас. О том, как мало эти факты отражаются, свидетельствует чрезмерное и вредное количество одежды, которую носят хрупкие особы, что портит саму цель, на которую они призваны воздействовать. Эти факты также объясняют очевидный парадокс пациентов, которые перед прохождением водной системы жалуются на озноб, когда их душат одеждой, но которые впоследствии могут носить очень легкую одежду без какого-либо ощущения прежнего озноба. ¹⁴ По этому поводу доктор Галли замечает:—

Однако, если читатель пожелает узнать о *наиболее эффективном способе уничтожения способности вырабатывать животный жар*, пусть он воспользуется планом, которому следовали многие дрожащие пациенты, приходящие в Малверн. Позвольте ему пить крепкие напитки и вино, есть приправы, глотать слабительные и особенно ртутные, принимать "курс йода" и, в качестве случайного перерыва, терять немного крови, и мы ставим нашу репутацию на то, что он будет дрожать сколько душе угодно и обнаружит, что температура по шкале Фаренгейта у него на много градусов ниже, чем могут заставить холодная вода, прохладный воздух, ранний подъем и физические упражнения".

Прежде чем оставить эту тему, мы хотели бы попросить наших читателей серьезно обдумать наблюдения, с которыми мы им обратились, и факты, которые мы привели в поддержку того метода лечения, который мы отстаивали. Эта тема имеет серьезное значение, поскольку от правильного понимания этой болезни зависят жизни миллионов наших соотечественников. Если принять рациональный способ лечения, можно успешно противостоять его страшным разрушениям и остановить их, но если нет, то мрачный призрак будет, как и прежде, беспрепятственно бродить по всему нашему острову, принося смерть миллионам его сынов.

Что касается употребления воды, важной части водолечебного процесса, против которой существует большое предубеждение, следующие выдержки, написанные справедливо известным врачом-аллопатом сэром Генри Холландом, не будут, мы надеемся, сочтены неуместными. В своей работе, озаглавленной "Медицинские заметки и размышления", посвященной "Разбавителям", он так пишет:

"Хотя может показаться, что нет особых оснований рассматривать их как отдельный класс средств правовой защиты, все же я сомневаюсь, что принципы лечения^[28], подразумеваемые в названии, в достаточной степени учитываются в современной практике. На Континенте, действительно, разбавители используются гораздо шире, чем в Англии; и, особенно в виде минеральных вод, составляют в некоторых странах значительную часть общей практики. Но, оставляя в стороне все вопросы о минеральных ингредиентах в воде, возникает более четкое соображение: в какой степени и с каким эффектом этот мощный разбавитель, единственный, который действительно имеет

отношение к животноводству, может быть введен в организм в качестве лекарственного средства? Рассматривая определенное соотношение, которое в здоровом состоянии существует во всех частях тела между водными, физиологическими и животными ингредиентами, — различные органы, предназначенные, прямо или косвенно, регулировать это соотношение, — и болезненные последствия, возникающие всякий раз, когда оно существенно изменяется, — мы должны признать, что этот вопрос очень важен в животноводстве и имеет различное отношение к причинам и лечению заболеваний.

Принимая во внимание эту ссылку на использование воды в качестве внутреннего средства, разбавители можно рассматривать при трех условиях возможной полезности: — Во-первых, простое механическое воздействие количества жидкости на разбавление и вымывание выделяемых или вредных веществ из пищеварительного тракта;—во-вторых, их влияние на изменение определенных патологических состояний крови; — и в-третьих, их влияние на различные функции секреции и выведения, и особенно на функции почек и кожи. * * * Первое является очевидным преимуществом во многих случаях, и им не следует пренебрегать из-за его вульгарной простоты. Несомненно, существует множество состояний пищеварительного тракта, при которых свободное употребление воды в установленное время приносит пользу, которой нельзя достичь другими или более сильными средствами. Я часто встречал случаи, когда регулярная работа кишечника поддерживалась в течение длительного периода простым выпиванием стакана воды, теплой или холодной, натошак, в тех случаях, когда лекарство почти теряло свое действие или становилось источником только сильного раздражения. Преимущество такого лечения проявляется еще более убедительно, когда выделения, поступающие в кишечник, или продукты, образующиеся там в процессе переваривания, становятся некачественными. Здесь разбавление уменьшает раздражение мембран, которое мы не можем так легко устранить другими средствами, и помогает устранить причину из организма с меньшими потерями, чем любое другое средство. В некоторых случаях, когда используется *часто* и в степени, его эффект идет дальше, фактически изменяя состояние выделяющих поверхностей путем прямого нанесения на них. Я упоминаю об этих обстоятельствах по собственному опыту, поскольку часто получал много пользы, прибегая к ним на практике, когда более сильные лекарства и обычные методы оказывались малоэффективными. Используемое таким образом разведение, например, для воздействия на содержимое кишечника, полезно во многих случаях диспепсии, когда особенно важно избежать ненужного раздражения организма. Часто обнаруживается, что полпинты или более воды, принятой во время голодания, наиболее приятной для пациента температуры, дают исключительное облегчение его болезненным ощущениям. * * * В связи с вышеупомянутыми видами применения разбавителей следует иметь в виду, что слизистая оболочка желудочно-кишечного тракта, во всех смыслах, является поверхностью, так же как и кожа, практически равной по протяженности; выполняет одни сходные функции, другие более подходят для нее самой, и во многих отношениях на нее можно воздействовать аналогичным образом. Что касается рассматриваемого нами вопроса, то во многих случаях целесообразно и правильно рассматривать разбавители как действующие на эту внутреннюю поверхность аналогично жидкостям на коже. И я бы применил это замечание не только к механическому воздействию средства, но и к их использованию в качестве средства для передачи холода к внутренним частям; пункт [29]практики, который до сих пор не был должным образом учтен либо из-за простоты средства, либо из-за ложных тревог, сопровождающих его ”.

Снова он пишет:—

“Однако, не касаясь этих крайних случаев, следует повторить, что использованию воды просто в качестве разбавителя едва ли уделяется достаточное внимание в нашей английской практике”.

И снова:—

Поскольку я рассматривал это средство только в его простейшей форме, я не распространяюсь об использовании различных минеральных вод дальше, чем заявляю, что они подтверждают эти общие взгляды, отделяя, насколько это возможно, их разбавляющий эффект от эффекта ингредиентов, которые они содержат. Широкое использование некоторых из них в континентальной практике дает простор для наблюдений, которых не хватает при нашем более ограниченном использовании. Я часто видел, как ежедневно в течение нескольких недель принималось по пять или шесть пинт (большая часть - утром натощак), что во многих случаях оказывало исключительную пользу для общего состояния здоровья и, что наиболее очевидно, для состояния выделений. * * * Эти курсы, однако, всегда сочетались с обильными *физическими упражнениями* и регулярным образом жизни; несомненно, они сильно влияли на действие вод и способствовали их благотворному эффекту”.

Этой цитатой мы прощаемся с сэром Генри Холландом, просто замечая, что ни один водолечебница не смог бы сказать по этому вопросу больше, чем он сделал, и что упомянутая континентальная практика употребления большого количества воды в сочетании с обильными физическими упражнениями и регулярным образом жизни - это именно та практика, которую предписывает водолечение.

Сэр Джон Форбс, уже цитировавшийся врач, говорит о питье воды:

“Водное лечение - это *средство для желудка*, поскольку оно неизменно повышает аппетит”.

Доктор Перейра заявляет—

“Это жизненно важный стимул, и он более важен для нашего существования, чем пища”.

Либих, знаменитый химик—физиолог, приводит аналогичное свидетельство, а именно: “Это повышает аппетит”.

Согласуются ли эти эффекты со снижением тонуса желудка? не являются ли они, напротив, самым убедительным доказательством **ТОНИЗИРУЮЩЕГО** действия воды?

Некоторые возражающие говорят: “употребление воды разжижает кровь”. Опровергнув эти возражения аргументами, которые, к сожалению, у нас нет места привести, доктор Галли завершает свои наблюдения следующим образом: —

Но все утверждение относительно разжижения крови исходит из соображений, которые выдают крайнее невежество как в физиологии, так и в лечении водой. Предполагается, что вся поглощенная вода поступает в циркулирующую кровь и остается в ней, *квази* воде, что в организме вообще не происходит никакого химического преобразования [30]: это незнание

физиологии. И это предполагает, что ВСЕМ, кого лечат водой, велят пить одно и то же, и в большом количестве, без различия представленных индивидуальных случаев заболевания: это незнание водного лечения. Итак, между рогами этого сложного невежества и умышленного искажения фактов мы оставляем декламаторов о "разжижении крови" ".

Любопытен факт, что во всех медицинских трудах, посвященных анемии, или бескровности, "ни разу не упоминается употребление воды как известная причина - даже возможность того, что это может быть причиной".

Почему эта *основная* причина была опущена в столь вопиющем случае недостаточного количества крови? Еще любопытнее, что это вредное воздействие воды так и не было изобретено, а тем более проповедовано, пока не было обнаружено, что водолечение делает неудобные успехи в пользу общества.

Известно ли читателю, что *восемьдесят процентов*. сколько воды входит в состав здоровой крови, без учета огромного количества, необходимого для различных выделений?

Допуская, однако, в качестве аргумента, что все и *больше*, чем утверждают эти возражающие, было правдой, у нас все же остается своего рода ощущение, что вода более благоприятна для организма, чем синильная кислота или даже йод. Но мы можем ошибаться.

Пожалуй, нет болезни, которая на первый взгляд казалась бы столь малоприспособленной для водолечения, как холера; [15](#) это болезнь, для успешного лечения которой мы до сих пор привыкли считать стимуляторы и горячие аппликации всех видов совершенно необходимыми, и все же нет болезни, в лечении которой водолечение было бы более успешным.

Принципы лечения с помощью системы водоснабжения настолько разумно изложены в брошюре, озаглавленной "Обращение и т. Д.", Что, поскольку мы считаем, что даже величайший скептик должен быть убежден в истинности доктрин, которые она излагает, мы настоятельно рекомендуем ее прочтение нашим читателям. Из множества случаев, пролеченных автором, ВСЕ, как нам сказали, выздоровели, в то время как не было ни одного случая вторичной лихорадки — неизменного сопровождения аллопатического лечения, и лишь вторичной по отношению к самой болезни. Необходимая распространенность этой вторичной лихорадки в одном случае и ее [\[31\]](#)отсутствие в другом случае прекрасно объясняются на основе естественных принципов на страницах 9 и 10. Хотя брошюра, о которой идет речь, анонимна, и автор приложил некоторые усилия, чтобы объяснить причину сокрытия своего имени, все же он невольно выдал свою личность в следующей выдержке из письма лейтенанта. Полковник Камминс, к.М.н., который, будучи любителем, опробовал эту систему в Америке, так пишет о ней:

- Скажите Бартеру, что его система лечения холеры в последнее время стала всеобщей практикой в Южных Штатах; *и с тех пор, как ее внедрили, хотя она, конечно, применяется несовершенно, смертность не достигла одной четвертой.*

"Я никогда не видел холеры столь ужасного свойства; то, что в Квебеке, которое, как вы помните, едва не случилось со мной, было ничто по сравнению с этим; сила спазмов была такова, что кровь сочилась через все поры кожи, особенно у негров. Это не давало ни малейшего предупреждения; люди часто падали во время работы и не прошло и четырех часов, как были мертвы".

Следующее утверждение, извлеченное из письма, написанного мистером Джеймсом Морганом из Корка и опубликованного в "*Лимерик Кроникл*" от 4 апреля 1849 г., представляет собой замечательный пример благотворного воздействия свежего воздуха и холодной воды, на чем так настаивал доктор Бартер, и подтверждает практику, которую он рекомендует на теоретических основаниях:

“Во временной холерной больнице в Глостере находилось шестнадцать пациентов, одной из которых была интересная молодая женщина в возрасте от пятнадцати до шестнадцати лет, за выздоровление которой больше всего беспокоился лечащий врач (доктор Шют). Вечером, выйдя из больницы, девочка была в обмороке и совершенно синяя; он позвонил сиделке и попросил ее быть внимательной к ней и давать ей все, что она попросит, поскольку все надежды рухнули. Ночью медсестра пошла разжечь огонь рядом с койкой девочки в палате, но она умоляла женщину не делать этого, так как та чуть не задохнулась, и в то же время попросила попить. Медсестра принесла ей чашку чая, от которого она отказалась, но попросила воды. Помня указания врача, медсестра, не без некоторой неохоты и опасений, принесла ей пинтовую кружку, полную воды, которую она с жадностью выпила; и продолжала требовать воды примерно каждые пять минут, пока не выпила два галлона; тогда она погрузилась в глубокий сон, в котором ее застал доктор утром, когда вернулся ее естественный цвет лица, и она, к его удивлению, была в состоянии выздоровления. С изумлением подняв глаза и воскликнув: ‘Это что-то вроде чуда!’ - он позвал сиделку, которая рассказала о том, что произошло; и, увидев открытое окно над койкой пациента, он спросил, почему оно не закрыто? и дежурный сказал, что дверь была оставлена открытой по искреннему желанию девушки. Врач немедленно приказал открыть все окна в палате, снять тяжелое покрывало с кроватей пациентов и заменить его легкими ковриками; распорядился, чтобы не давали никаких напитков, кроме *холодной воды*, и в результате все шестнадцать человек были излечены от холеры; один, однако, умер от продолжительной лихорадки, вызванной перееданием курицы и выпиванием слишком большого количества бульона во время выздоровления. Об этом случае[32] сообщили в Правительственный совет здравоохранения, заседавший в то время в Лондоне; и аналогичное лечение было проведено всеми врачами в Глостере и его окрестностях с самым полным успехом. Отчет, имена врачей и вся переписка подробно описаны в колонках "*Кроникл*" за 1832 год.

“Нужно предложить больше по этому вопросу; и все же, учитывая такие зафиксированные факты, ‘горячий пунш’ теперь раздают бедным пациентам в холерных больницах Лимерика. Те благочестивые и ангельские сестры милосердия, на которых вы ссылались в *Хронике*, никогда, по всей вероятности, не слышали и не читали о лечении холеры, как описано выше; но какими бы внимательными и наблюдательными они ни были при исполнении своего священного призвания, они не забывали о благотворном воздействии холодной воды. Природа побуждает страдальца обращаться к ней, и она всегда должна быть в наличии. При холере чистая вода обладает бальзамическим действием.

Что касается воздействия холодной воды на организм человека при холере или действия системы на воду, я не возьму на себя смелость утверждать; но я могу сказать, что обычно предполагается, что, когда сыворотка (одна из важных составляющих крови) истощается в результате выделений, происходит коллапс и появляется багровый оттенок лица; и все

слышали об экспериментальной операции по переливанию теплой воды в сочетании с белком и содой в вены, чтобы восполнить отсутствие сыворотки, чтобы придать жизненному току его естественное и здоровое течение. : я предоставляю физиологам определять, быстро ли абсорбируется холодная вода из-за содержащегося в ней кислорода и необходимого тепла, которое она, следовательно, должна передавать, для сохранения и питания крови и заполнения каналов кровообращения, чтобы предотвратить коллапс при холере; но бесспорно, что больные холерой с тревогой просили и жадно глотали обильные глотки холодной воды, пока их жажда не была утолена, душевное тепло восстановлено, агония изгнана, а жизненно важные функции оживлены и укреплены “. * * *

Следующий отрывок взят из “Ретроспективы медицины” Брейтнорта, стандартной профессиональной работы:—

“Я знаком с тремя людьми, которые после того, как их положили как мертвых, были омыты перед погребением на открытом дворе водой, для получения которой был разбит лед, в результате выздоровели и прожили много лет. Я получил из Эрикруна, в Турции, письмо от нашего превосходного консула мистера Бранта, который утверждает, что доктор Диксон из того места в то время лечил больше пациентов трением льдом или снегом, чем любым другим методом лечения. Сообщается, что такая же практика была наиболее эффективной в России”.

Мы не комментируем вышеизложенное, предоставляя общественности делать свои собственные выводы из изложенных фактов. Излагая им факты, мы чувствуем, что выполнили свой долг; мы оставляем закваску действовать в их умах и оказывать свое влияние на их будущее поведение.

Осуждая ошибочное применение горячих стимуляторов, таких как “горячий пунш” и т.п., доктор Бартер продолжает:—

“Я еще никогда не видел пациента, который не умолял бы о холодной воде; а заядлого алкоголика с трудом можно убедить попробовать его [33]любимый напиток; он больше возражает против бренди или пунша, чем умеренные люди; я часто это замечал. Я видел пациента, проехавшего много миль в открытой машине, сквозь мокрый снег и дождь, без всякого укрытия, и пившего по дороге холодную воду, и заметил, что он справился лучше, чем когда его лечили бренди, горячими банками и т. Д. На самом деле, я часто видел, как такие пациенты умоляли, чтобы их снова выпустили, они громко требовали холодной воды. *“Ради любви и чести Божьей, сэр, дайте нам попить холодной воды”*, -было нередкой просьбой среди них, и она произносилась с искренностью, поистине впечатляющей; но, увы! в 1832 году эта апелляция всегда отклонялась, хотя в 1849 году был сделан шаг в правильном направлении, и это разрешено, по словам Сестер Милосердия, ”в небольших количествах”.

Вскоре будет признана истина, что именно наш образ жизни делает нас подходящими объектами для заражения холерой, и что только наш способ лечения делает болезнь такой опасной. Несчастный, брошенный без присмотра в канаву, беззащитный перед всеми суровыми погодными условиями, с одной только водой для утоления жгучей жажды, имеет десять шансов к одному в пользу своего выздоровления по сравнению с хорошо ухоженным

пациентом, которого накачивают бренди и любимыми специями аптекарской лавки. Если мы посмотрим на холеру и отвлечемся от привычного способа ее лечения, мы обнаружим, что каждый симптом болезни указывает на присутствие в крови какого-либо сильно раздражающего яда; и в попытке вывести этот яд содержащая его сыворотка выводится из организма. Следовательно, что может быть более рациональным, чем снабжать систему материалами для восстановления, подавая воду в больших количествах, и стимулировать ее химические соединения, благодаря которым калорийность системы должна быть восстановлена, под воздействием свежего воздуха, питья воды и холодного купания.

Сэр Бульвер Литтон так резюмирует свои впечатления от водолечения: —

“Те случаи, в которых лечение водой кажется абсолютной панацеей и к которым пациент может приступить с самыми оптимистичными надеждами, - это, во—первых, ревматизм, каким бы длительным и сложным он ни был. При этом излечение обычно происходит быстро — почти всегда необратимо.¹⁶ Во-вторых, подагра: здесь его эффективность немного менее поразительна по внешнему виду, чем в первом случае; кажется, что он подхватывает болезнь с корнем; он выделяет специфическую кислоту, которая часто проявляется в виде пятен на листьях, используемых при нанесении, или выделяется другими способами. Но здесь, судя всегда по случаям [34], которые мне известны лично, я не видел примеров, подтверждающих утверждение о том, что рецидивов болезни не происходит. Предрасположенность - тенденция, по-видимому, сохраняется; пациент склонен к рецидивам, но я неизменно обнаруживал, что они гораздо реже, менее продолжительны и легко поддаются простому и быстрому излечению, особенно если привычки остаются умеренными”.

Если бы нас спросили, почему водолечение оказалось таким эффективным средством при лечении ревматизма, мы бы ответили, что из-за его огромной способности укреплять и тонизировать желудок и органы пищеварения, в расстройстве которых следует искать причину этого заболевания. Ревматизм возникает из-за замедления кровообращения в конечностях, что является следствием низкой жизнеспособности системы, возникающей из-за расстройства пищеварительных органов и внутренних органов; если бы эти последние были здоровыми *исвободными от раздражения*, весь холод и сырость, которым мы могли бы подвергаться, не вызывали бы того воспаления мышечных оболочек, в основе которого лежит ревматизм. То, что водолечение способно укреплять и оживлять эти органы, хорошо известно всем, кто его пробовал, и даже признается его самыми ярыми противниками, когда они заявляют: “О! это полезно для общего здоровья”, поскольку совершенно невозможно, чтобы “общее здоровье” было хорошим без здорового пищеварения.

Что касается подагры, то *постоянное* лекарство от нее редко можно найти, и почему?— Потому что мало у кого есть время или терпение продолжать лечение достаточно долго для его *полного* искоренения, убегая из “учреждения” в тот момент, когда они получают облегчение от давящего приступа, и, следовательно, болезнь рецидивирует. Итак, из всех заболеваний подагра, пожалуй, является самым утомительным из *постоянных* методов лечения, поскольку вызывающее ее раздражение внутренних органов всегда является хроническим и имеет длительный характер, и ничто, кроме хронического лечения, продолжающегося годами, а не месяцами, не устранил его. Доктор Галли замечает по этому поводу:—

Однако было бы глупо избегать лечения, потому что оно не *навсегда* искоренит вашу болезнь в удобное для вас время. Посмотрите на разрушительный способ, которым colchicum уменьшает подагрический приступ, как он приближает приступы и полностью дезорганизует внутренние органы; а затем рассмотрите, на что способно лечение водой, как против отдельных приступов, так и в уменьшении диатеза, при этом жизненно важные органы улучшаются под его действием; ... если это не полностью излечивает подагру, по крайней мере, это не сокращает жизнь пациента, как это делает colchicum ”.

О действии colchicum он, далее, отмечает:—

Пациенту, да и врачу, который мало что смыслит в физиологии, все это покажется правильным: *подагра* устранена, и это то, чего [35] желали. Врач, однако, который является физиологом, скажет: "Верно, то раздражение, которое вы называете *подагрой*, покинуло *конечности*, куда оно было послано природой для спасения ее благородных *внутренних* частей. Но посмотрите на признаки, проявляемые этими частями тела; не являются ли они признаками усиленного раздражения, по крайней мере, раздражения такой степени и вида, которые не существовали до тех пор, пока конечности были *болезненными* и *воспламененными*? Дело в том, что ваш colchicum вызвал во внутренних органах такое сильное раздражение, что оно повторно концентрирует вред внутри; и припадок излечивается не путем избавления организма от подагрического раздражения, а путем выталкивания или втягивания его обратно" (таким образом, *сводя на нет* усилия природы по саморегуляции). "Отсюда продолжение диспепсических симптомов после припадка; отсюда, как вы вскоре обнаружите, повторение другого припадка, интервалы между которыми становятся все меньше и меньше, пока подагрическая боль не станет постоянной в конечностях, а подагрическое раздражение - во внутренних органах".

Когда практикующий врач переводит воспаление из конечностей в более опасное внутреннее состояние, он поздравляет себя с тем, что вылечил подагру; но что на самом деле он сделал? Своим злонамеренным вмешательством в природу он поставил под угрозу жизнь своего пациента и пошатнул его конституцию; в то время как подагрическое раздражение, вызывающее жалобу, остается не подавленным, готовым в любой момент переместиться в голову или сердце, поскольку практикующий врач искусно удалил его из его первоначального безвредного положения. Именно таким образом аллопат *лечит* кожные заболевания, *вызывая* раздражение, которое природа изо всех сил пытается изгнать; в конечном итоге ему это удастся, *ослабляя* силы организма, а затем он воображает, что болезнь излечена, в то время как пациент в конечном итоге расплачивается за эти враждебные действия против природы.

Но мы прервали сэра Бульвера Литтона, — он продолжает: —

В-третьих, это обширное и ужасное семейство недугов, классифицируемых под общим названием *диспепсия*. Все *расстройства пищеварительных органов*, несовершенное питание — *недомогание* поврежденного желудка - являются именно теми жалобами, за которые система берется наиболее твердо и при которых она применяет те лекарства, которые превращают существование из бремени в благословение.

Отсюда следует, что многие безымянные и бесчисленные жалобы, проистекающие из расстройства органов пищеварения, прекращаются по мере того, как эта огромная машина приводится в порядок. Я видел, как *сердечные расстройства*, которые были объявлены

органическими, исчезали за невероятно короткое время; случаи начинающейся чахотки, причиной которой являются питательные вещества; кровотечения и различные застойные явления, одышка, обычные обмороки, многие из того, что неправильно называют нервными расстройствами, но на самом деле являются излучениями из главного ганглиозного источника: расстройства, вызванные злоупотреблением сильнодействующими лекарствами, особенно *ртутью* и *йодом*. потеря аппетита, притупление чувств и дрожание рук от неводержанности, кожные заболевания и ужасный бич золотухи — все это, по-видимому, приносит облегчение от водолечения, более того, абсолютное и безоговорочное излечение, превышающее возможности не только самого искусного врача, но и надежды самого жизнерадостного пациента”.

[36]

Приведенные выше результаты также не станут предметом удивления, если вспомнить, что любая естественная болезнь возникает *либо из-за примесей в крови, либо из-за неправильного распределения*, и что все процессы лечения водой, от турецкой бани до мокрых простыней, действуют мощно как очистители крови и регуляторы ее циркуляции, привлекая ее сюда и отталкивая туда, по желанию.

Мы не знаем, предпочтет ли публика *беспристрастное* свидетельство такого умного наблюдателя, как сэр Бульвер Литтон, свидетельству врача-аллопата, от природы преданного своей системе и стремящегося защитить ее от любых вторжений; но мы можем заметить, что мы еще никогда не встречали врача, *выступающего против водолечения*, который при катехизации не демонстрировал бы самого абсурдного невежества в этом отношении. Их постоянная идея заключается в том, что человека оставляют дрожать на мокрых простынях; и, как следствие, их постоянное предупреждение, сопровождаемое зловещим покачиванием головы, состоит в следующем: “Не пытайтесь лечить водой, иначе это убьет вас”.¹⁷ Если бы медики только *увидели*, прежде чем утверждать, тогда их мнению можно было бы придать большую ценность; но какую ценность можно придать их мнению о системе, которую они не потрудятся изучить? Сколько ортодоксальных врачей когда-либо посещали Бларни или любое подобное водолечебное заведение?— Доля таких посетителей (а никто не может составить объективного представления о системе, не увидев ее в действии) по отношению ко всей профессии была бы более чем представлена бесконечно малой долей.

Нам интересно, как долго люди будут продолжать отравлять¹⁸ свой организм ртутью, безвременником, йодом и синильной кислотой, потому что врач предпочитает говорить им, что метод лечения, который он никогда не исследовал, “убьет их”.

Возможно, небылезнтересно наблюдать, что при водолечебнице хроническое заболевание часто переходит в острое; ибо по мере того, как организм набирает силу, тем острее будет развиваться любое [37]существующее заболевание, и по следующей причине: боль вызвана попыткой природы освободить организм от некоторого болезненного влияния, находящегося в нем, и чем сильнее конституция, тем больше усилий он будет прилагать, чтобы устранить это болезненное влияние, и, следовательно, тем сильнее будет боль; но, с другой стороны, когда тело ослаблено, его усилия попытки облегчить себя, хотя и постоянные, являются слабыми и неэффективными, и болезнь, оставаясь в организме, принимает хроническую и менее болезненную форму. Теперь, когда эти факты стали известны, нам было забавно слышать, как врачи в своих попытках осудить “Водную систему” говорят: “О, это полезно для общего

состояния здоровья, но не более того”, хотя результат, на который, к сожалению, не может претендовать аллопатическая система. Говоря таким образом, они, однако, не задумываются о том, что приводят самые убедительные из возможных свидетельств в поддержку системы, которую они пытаются осудить, поскольку каждый физиолог, от Кейп-Клира до Дороги Гигантов, признает принцип, согласно которому лекарство от болезни следует искать в мощностях *только* живого организма; и должно быть очевидно, что чем больше вы укрепляете этот организм, тем больше вы увеличиваете его способность излечивать себя и уменьшаете его подверженность будущим заболеваниям.

Ограничившись до сих пор вниманием наших читателей, мы хотели бы в заключение пригласить их и медицинскую профессию в целом к спокойному и беспристрастному исследованию, насколько позволяют возможности каждого, относительных достоинств аллопатических и водолечебных систем, подходя к исследованию, насколько это возможно, с умом, свободным от предрассудков и фанатизма. Их долг перед самими собой и обществом требует от них этого исследования — на их рассмотрение представлены две антагонистические (мы используем этот термин намеренно) системы — за какую они возьмутся? Чтобы помочь им определиться с этим, мы бы порекомендовали им спокойно ознакомиться с одной или всеми работами, упомянутыми в этой статье, [19](#) изучение которых будет сочтено интересным и прибыльным. Если они придут к выводу, что наркотики полезны, пусть их во что бы то ни стало проглотят; но если будет доказано, что они вредны и ненужны, тогда откажитесь от них; —если опиаты безвредны, пусть их оставят, но если они поражают печень, вызывают тошноту [\[38\]](#) желудка и парализуют деятельность жизненно важных органов, то чем скорее они будут навсегда вычеркнуты из Гигиенической фармакопеи, тем лучше — пусть они изящно удалятся перед усовершенствованной системой горячего одурманивания, разжигания страстей и борьбы с ними. компресс для живота.

Сама простота процессов “лечения водой”, в которые люди не могут поверить, что они способны производить приписываемые им эффекты, в сочетании с укоренившейся долгой привычкой верой в абсолютную необходимость лекарств для лечения болезней, в основном препятствовали более широкому применению водолечения непрофессионалами; но когда они размышляют о том, что ВСЕ возможности медицинского искусства сводятся к двум большим категориям: *стимуляторы* и *успокоительные* — волдыри, кровотечения, лекарства и постановка пиявок — не признающие никаких других целей, они не могут не признать *возможность* о водолечении, обладающем приписываемой ему силой, поскольку его бодрящие и успокаивающие свойства не подлежат сомнению. Однако, если бы положение дел изменилось, и водолечение стало такой же старой системой, как Аллопатическая, эта вера в эффективность старой школы могла бы быть надежно поддержана; ибо никому бы и в голову не пришло променять систему, фиксированную, понятную и определенную в своем действии, основанную на научных принципах и согласующуюся с законами физиологии, на неуверенную, пробирающуюся ощупью, эмпирическую и вредную практику медикаментозного лечения.

Мы хотели бы попросить медиков Ирландии задуматься над тем фактом, что в учреждении доктора Бартера в Бларни на данный момент находится свыше 120 пациентов, причем многие из них чаще обращаются за допуском в его стены, большинство из которых покидают заведение ярыми приверженцами водолечения, полными решимости всю оставшуюся жизнь “бросать лекарство собакам”, убегая от него, как от чего-то ядовитого. Им не годится “отмахиваться” от системы и говорить своим пациентам, как это делают многие из них, что это

убьет их;20 [39]такие формулировки лишь выдают невежество с их стороны, и не подорвут систему, которая ежедневно опровергает их прогнозы, наглядно демонстрируя ее эффективность в виде восстановленного здоровья и цветущих щек многих некогда истощенных друзей. В наши дни люди слишком разумны, чтобы полагаться на изречения врача, который рушит систему, не исследуя ее должным образом и принципы, на которых она действует, не говоря уже о предубеждении, которое он должен испытывать в пользу своей собственной конкретной системы; но если способ лечения будет рациональным, обеспечивающим излечение там, где все другие системы лечения потерпели неудачу, и будет соответствовать здравому смыслу и рассудку человечества, мы верим, что такой принцип пробьет себе дорогу, несмотря на противодействие всех когда-либо живших врачей; и именно этот прогресс сейчас делает лечение водой.

В заключение мы хотели бы обратиться к гидропатии словами американского путешественника, который дал волю своим чувствам, впервые увидев Ниагарский водопад, воскликнув: “Молодец, Вода!!”

1 1. *Лечение хронических заболеваний водой.* Джеймс М. Галли, доктор медицины Лондон: Черчилль.

2. *Лечение водой.* Джеймс Уилсон, доктор медицины Лондон: Трубнер и Ко.

3. *Водолечение.* Ред. У. М. Лейн, доктор медицины Лондон: Черчилль.

4. *Исповедь больного водой.* Сэр Э. Бульвер Литтон, Барт, член парламента Лондон: Х. Байер.

5. *Обращение к общественности о профилактике и лечении холеры на рациональных принципах.* Корк: География. Перселл и Компания.

6. *Несколько фактов, забытых преподавателями.* С. Б. Берч, доктор медицины, Лондон: Х. Байер. ↑

2 Потому что либо они не одобряют то, что не практикуется ими самими, либо им стыдно следовать новым мнениям и признавать в старости ошибки, которые они усвоили в юности. ↑

3 ганглионарные нервы - это те, которые покрывают желудок и регулируют работу органов пищеварения: их также называют “Солнечным сплетением”. ↑

4 Последний печальный случай мистера Стаффорда О'Брайена является примером этой пагубной практики; этому джентльмену обильно пустили кровь, несомненно, для того, чтобы он мог в своем столь ослабленном состоянии лучше противостоять действию сильнодействующего яда (опиума), впоследствии введенного со смертельным эффектом. Мы никоим образом не обвиняем лечащего врача в данном случае, поскольку считаем, что проводимое им лечение строго соответствовало предписаниям ортодоксальной школы. И все же, если кто-то хочет уничтожить жизнь, могут ли они воспользоваться более надежным средством для этого? ↑

5 “Основная масса людей не столько привыкла следовать тем или иным курсом вследствие своей предыдущей убежденности в том, что он правильный, сколько верить в то, что он правильный, потому что они привыкли следовать ему”.—*Архиепископ Уэтли*. ↑

6 Мы не претендуем на утверждение, что чахотка излечима, когда фактически установлено органическое заболевание легких, но мы утверждаем, что болезнь *полностью излечима* на начальных стадиях, хотя и не с помощью лекарств и не в изгнании в чужой климат. Последнее может несколько продлить течение болезни, но не излечит ее, разве что *случайно*, при очень легкой форме. ↑

7 *temperature and vitality* of our bodies depend upon the continued and rapid combination of oxygen with the oxidizable products of the blood; if the necessary supply of oxygen be interfered with, the *vitality*-системы снижается, и возникает заболевание. ↑

8 Само название золотухи указывает на происхождение заболевания, поскольку оно происходит от латинского *Scrofa*, свинья (*квест предъявляет судебный иск о смертельном исходе*. Цел. 5, 38), намекая на состояние кожи у тех лиц, у которых развилась золотушная привычка. Неоспоримо доказано, что частичное закрытие пор, от которого в той или иной степени страдает каждый человек, является главным источником золотухи во всех ее отвратительных формах. ↑

9 Когда кровь перегружена углеродом и лишена необходимого запаса кислорода, к ней применяется термин “венозная”. ↑

10 В тех случаях, когда потребление уменьшилось благодаря проживанию за границей, полученную пользу следует отнести за счет воздействия на кожу жаркого климата, в который обычно направляют пациента, но выздоровление таким способом ограничено очень легкими формами заболевания и не может рассматриваться как научный метод лечения; улучшение состояния кожи заслуживает рассмотрения скорее как вызванное *случайным образом*. чем намеренно; поскольку в противном случае столь важному вопросу уделялось бы больше внимания и не было бы необходимости отправлять пациента за границу, поскольку аналогичные результаты можно было бы получить гораздо легче и эффективнее, оставив его дома; использование турецкой бани, дающей все преимущества повышенной температуры, сопровождаемое тонизирующим действием прохладного воздуха и воды, благодаря которым устраняются изнуряющие последствия *постоянного* пребывания в теплом климате. ↑

11 Доктор Хуфеланд отмечает— “Чем более активна и открыта кожа, тем больше люди защищены от закупорок и заболеваний легких, кишечника и нижней части желудка; и тем меньше у них склонности к желудочной (желчной) лихорадке, ипохондрии, подагре, астме, катару и варикозному расширению вен”. ↑

12 Ношение фланели вплотную к коже оказывает двойное вредное воздействие: во—первых, отталкивая кровь от поверхности, в результате чего активность кожи серьезно нарушается; и, во-вторых, перекрывая доступ воздуха и, таким образом, препятствуя его попаданию в кровь, для ее аэрации и очистки. ↑

13 Под здоровыми отходами мы подразумеваем отходы, сопровождающиеся соответствующим обновлением. ↑

14 Мы видели, как больные чахоткой прибывают в Бларни, дрожа от холода, хотя и закутанные во фланель, которые перед отъездом смогли надеть зимнюю одежду, под которой раньше они дрожали бы в самый жаркий летний день. ↑

15 Высокая смертность, сопровождавшая аллопатическое лечение холеры, должна вызывать у нас мало угрызений совести при попытке попробовать что-то новое. В данном случае нет никакого страха, что мы “прыгнем со сковородки в огонь”; мы уже в нем— давайте погасим его. ↑

16 Доктор Рассел, известный автор-гомеопат, по-видимому, отдает пальму первенства водолечению в некоторых случаях ревматизма. Таким образом, он пишет: “Что касается ревматизма, я склонен думать, что существуют некоторые разновидности этого заболевания, которые совершенно не поддаются действию всех гомеопатических лекарств из-за глубоко патологического состояния крови; и что в этих случаях тщательный курс омоложения, осуществляя быстрое и полное обновление этой жидкости, мог бы позволить нашим лекарствам действовать более благотворно”. Сравните эту щедрость с щедростью врача-аллопата. ↑

17 Наш врач сказал нам, что система водоснабжения убьет нас, поскольку у нас “недостаточная реакция, чтобы выдержать это”. Если бы он, однако, хоть что-то понимал в ее работе, он не смог бы сделать это замечание, поскольку водолечение подразумевает *холодную* воду только в тех случаях, когда подходит холодная вода; и если бы он спросил доктора Бартера, он сказал бы ему, что главное, чтобы система водоснабжения работала правильно. на практике ему приходилось остерегаться *чрезмерной* реакции, а не ее отсутствия. Однако мы выдержали испытание и можем с уверенностью сказать, что никогда не знали, что такое настоящее здоровье, пока не узнали этого и не отказались от употребления наркотиков. ↑

18 Применение яда для *излечения* болезни - это не что иное, как противоречие терминов; ибо слово “яд”, если оно что-либо означает, означает нечто *вредное* для физического здоровья и, следовательно, *несовместимое* с его благополучием. С таким же успехом мы могли бы попытаться укрепить мужчину, пустив ему кровь. ↑

19 Тем, кто желает получить подробный и научный отчет о водолечении в популярной форме, мы рекомендуем “Исповедь пациента, страдающего водолечением” сэра Бульвера Литтона; “Водолечение” доктора Уилсона; и “Водолечение” доктора Лейна; в то время как тем, кто желает получить образованный, ясный и наиболее компетентный научный трактат, мы бы предложили “Лечение хронических заболеваний водой” доктора Галли; и “Домашняя водолечение” доктора Джонсона. ↑

20 Нашему другу врач, которому многие доверяют, сказал, что если он решит принять турецкую баню, это убьет его. Однако, прочитав кое-что на эту тему, он отправился в Бларни, попробовал ванну, понежился в ней и извлек из ее использования наибольшую пользу. Мы можем сказать читателю, что этот врач в то время, когда он пророчествовал, никогда не посещал баню Бларни и не мог ничего знать о ней, поскольку в то время ее описание не было опубликовано. При таких обстоятельствах неискушенный ум счел бы, что ему больше подобает сказать: “Я не могу давать вам советов в этом вопросе, поскольку я не изучал этот предмет; за то, что вы делаете, вы должны отвечать сами”. Именно такая нелиберальность мышления, подобная описанной выше, — такое нежелание стремиться к истине ради нее самой, — дискредитировала медицинскую профессию и ослабила ее влияние на общественность. ↑

[Содержание]

ТУРЕЦКАЯ БАНЯ.1

“Подойдите сюда, вы, кто топчете свои пуховые ложа

И не сплю, вижу, как он потеет над своим хлебом

Прежде чем он это съест. — Это изначальное проклятие,

Но смилостивился, дал обет

О веселых днях и ночах без стонов”. — Купер.

“Меланхолия преодолевается обильным потоотделением; и от этого проистекает жизнерадостность без какой—либо видимой причины”. -Санкторий.

Что такое турецкая баня? Если этот вопрос задаст кто-либо из наших читателей, мы ответим, что эта ванна отличается от всех других горячих ванн одной важной особенностью, а именно тем, что нагреваемой средой является ВОЗДУХ, а не вода; и что все части тела, находясь в ванне, подвергаются воздействию равномерной температуры. Результатом этого является то, что, поскольку человек создан для дыхания ВОЗДУХОМ, а *непарами*, турецкой баней можно наслаждаться часами без[40] неудобств; тогда как в паровой бане пациент не может оставаться в ней более четверти часа из-за чувства удушья из-за отсутствия достаточного поступления воздуха в легкие. И далее, существует такая разница между двумя ваннами, что в случае обоих пар-ванна и пара-коробка2 импульса существенно повышен, в то время как в турецкой бане пульс *редко* поднимается выше своего нормального состояния, который показывает, что тираж очень мало страдают от этого—все важный факт, который, таким образом, составляют:— нормальная температура человеческого тела, когда в состоянии здоровья, составляет около 98° Фахт., температура которого не могут быть значительно расширены или уменьшены без получения повреждения результатов в системе; но так как нельзя всегда иметь настолько низкую температуру, про нас снабдила природа, средство от пота, предохранительный клапан, с помощью которого организм человека защищен от злых последствий, которые возникают от воздействия высокой температуры—принцип, на котором она действует следующим образом:— это физический закон, что всякий раз, когда испарение происходит значительное количество скрытого тепла, (*т. е.* тепло не чувствительны к термометр), поглощается, в которой отведение тепла от температуры тела, от которых испарение протекает значительно снижены, но по мере выпаривания состоит в поглощении паров в окружающем воздухе, очевидно, что никакое испарение может происходить там, где этот воздух уже *насыщен* влагой, и очевидно также, что величина испарения зависит от сухости воздуха. Соответственно, в турецкой бане воздух почти сухой, за потоотделением следует быстрое испарение, которое охлаждает тело и предотвращает повышение его температуры выше полезного для здоровья предела; в то время как в паровой бане и парилке воздух насыщен влагой, испарение не может происходить, и, следовательно, поскольку не существует средств для снижения высокой температуры тела, тепло передается в систему, учащая пульс, вызывая лихорадочную головную боль и другие симптомы сильно нарушенного кровообращения; в то время как дальнейшее расстройство возникает из-за недостаточного снабжения организма влагой. воздуха на поверхность [41]тела.

В турецкой бане, опять же, система, чувствуя, что у нее достаточный запас воздуха, не вынуждена ускорять циркуляцию воздуха в легких, чтобы получить увеличенный запас, и, таким образом, устраняется еще один источник лихорадочного возбуждения. Эти и другие соображения придают турецкой бане, *лонго интервалло*, превосходство над всеми другими *искусственными* режимами³ еще изобретенными для воздействия на кожу потоотделением.

Можно заметить, что *при прочих равных условиях* сила конституции каждого человека прямо пропорциональна количеству кислорода, которое его организм способен усваивать, поскольку от этого зависит жизнеспособность его организма и чистота его крови, а следовательно, и его здоровье. Отсюда возникает важность снабжения организма *изобилием* чистого воздуха и абсолютная необходимость, когда легкие по своей природе малы и недостаточны, увеличить поступление воздуха через единственную открытую для нас среду, а именно кожу⁴— (большой дополнительный орган к легким) — необходимость улучшения и развития всасывающей способности которого находится в точной пропорции к уменьшенной емкости легких. Именно в этом заключается огромная терапевтическая ценность турецкой бани, а именно в том, что она *открывает поры кожи*⁵, и таким образом улучшает доступ кислорода к крови. Пусть два человека, один с большими легкими, другой с маленькими, ведут одинаковый образ жизни; человек с большими легкими потекает себе в максимальной степени, соответствующей сохранению его здоровья, и окажется, что его товарищ с маленькими выпад, пытаясь не отставать от него, совершенно сломается, его кровь заболит, а здоровье подорвется из-за нехватки достаточного количества кислорода для очистки крови путем сжигания углеродистых веществ, которые отравляют ее и подавляют его^[42] жизнеспособность. Человек с большими легкими будет *безнаказанно* употреблять алкогольные напитки до такой степени, что это повлечет за собой чахотку или какое-нибудь другое тяжелое заболевание у его узкогрудого товарища; именно большие физические нагрузки, постоянное пребывание на воздухе и быстрое прохождение через него воздуха (с помощью которого большое количество кислорода поступало в организм через легкие) позволили нашим древним предкам, занимавшимся охотой на лис, вести образ жизни, который их более оседлые потомки наших дней не осмеливаются практиковать.

Итак, мы приступаем к описанию основных особенностей турецкой, или, правильнее говоря, римской бани: в то же время мы настоятельно рекомендуем нашим читателям ознакомиться с брошюрой мистера Эркварта, в которой содержится исторический и подробный отчет об этом интересном пережитке римской цивилизации.

Баня состоит из трех сообщающихся друг с другом помещений, каждое из которых предназначено для особого назначения. Первая, или холодильная камера, состоит из помещения хорошего размера, которое может быть открыто небесам, а может и не быть; но для нее важно одно условие - чтобы оно было хорошо вентилируемым, чтобы через него проходил свободный поток холодного воздуха. В этой комнате расставлены диваны и кушетки с откидывающейся спинкой; и здесь купальщик снимает с себя одежду и надевает на ноги деревянные башмаки, прежде чем войти в ванну, первый акт которой разыгрывается во второй, или средней, комнате.

Эта средняя камера состоит из комнаты, отделанной мраморными плитами и матрасами для возлежания; потолок сводчатый, и свет, проникающий сверху через звезды из цветного стекла, распространяет по квартире приглушенный полумрак, который эффективно отключает разум от

всякого общения с внешним миром, располагая его к отдыху или тихой медитации — состояние ума, особенно желательное для тех, кто с медицинской точки зрения⁶ ищет ванну. Полежав в помещении около получаса [43] или три четверти, в зависимости от температуры, которая варьируется от 90° до 100° по Фаренгейту, пока поверхность тела не станет мягкой и влажной, а поры слегка возбужденными, вы входите в третье, или отапливаемое помещение, Судаторий⁷ римлян. Под крышей, подобной уже описанной, расположены мраморные сиденья вместе с большой платформой из того же материала, которая расположена в центре квартиры, в то время как вдоль стен расположены мраморные бассейны, в которые по трубам подается горячая и холодная вода. В этой камере, температура которой колеблется от 130 ° до 150 ° по фаренгейту, производится мытье головы, являющееся неотъемлемой частью ванны, описание процесса которого мы позаимствуем из интересной брошюры мистера Эркварта. Поместив купальщицу на мраморную платформу, он так описывает процесс: —

“ С твоей головы и плеч снимают тряпки; одну расстилают, чтобы ты мог лечь, другую скатывают для твоей головы. Вы ложитесь на спину, теллак (банщик) становится на колени рядом с вами и, наклоняясь, сжимает вашу грудь, руки и ноги, переходя от части к части, как птица, меняющая свое место на насесте. Рывком он переносит на вас весь свой вес; анатомическим большим пальцем проводит по линии мышц; сильно проводит открытой ладонью по поверхности, особенно вокруг плеча, поворачивая вас при этом наполовину вверх; ставит ноги на бедра и на грудь и скользит вниз по ребрам; затем снова три раза вверх и, наконец, сгибает ваши руки одну за другой на груди, толкает обеими руками вниз, начиная с локтя, а затем кладет руку под спину и прижимается грудью к вашим скрещенным локтям, перекачивается на вас поперек, пока вы не сломаетесь ”.

Приведенный выше отчет о процессе мытья головы может показаться многим нашим читателям каким угодно, только не приятным; но они должны помнить, что это описание процесса при ПОЛНОМ выполнении, и что он может быть изменен в любой степени или полностью опущен, в зависимости от вкусов купающихся или предписания врача. Мытье головы, однако, полезно для здоровья и бодрит, заставляя кровь быстрее течь по мелким венам и капиллярам и приводя в действие мышцы и сухожилия, которые в противном случае оставались бы неактивными, если бы не большое количество физических упражнений; это также существенно помогает удалить инертную кожу с поверхности тела и приводит поры в здоровое состояние. Немногие люди, однажды перенесшие операцию, подумали бы [44], что они получили все преимущества ванны, если бы не мылись шампунем. По завершении мытья головы купальщика отводят к одному из уже описанных мраморных фонтанов, где вода смешивается до требуемой температуры. С их помощью его тщательно моют, поливая тело водой из металлических мисок. Затем прибегают к мылу, которое, если бы оно использовалось ранее в процессе, существенно помешало бы его успеху, поскольку щелочь мыла, соединяясь с маслянистым веществом эпидермиса, лишила бы его необходимой консистенции для легкого отделения от тела.

После хорошего намыливания и тщательного мытья теплой водой:—

Вас отводят на шаг или два и усаживают, снимают наплечник, надевают другой, поверх него первый; еще один повязывают вокруг головы; ваши ноги уже обуты в деревянные наручи; вам желают здоровья; вы отвечаете на приветствие, встаете, и вас ведут под обе руки в первую, или внешнюю, комнату, где происходит заключительный акт. Платформа вокруг зала приподнята и разделена низкими балюстрадами на небольшие отсеки, где

расположены кушетки для отдыха, так что, имея непрерывный обзор со всех сторон, вечеринки или семьи могут побыть наедине. Это время и место для приема пищи. Купальщика, достигшего этого помещения, подводят к краю платформы, до которой есть только одна высокая ступенька. Вы опускаете деревянную подставку, и на циновке расстилается полотенце, предвосхищающее ваши шаги. Теперь вы откидываетесь на кушетку в форме вытянутой буквы W, и, когда вы отдыхаете на ней, вес везде поддерживается непосредственно. Каждое сухожилие, каждая мышца расслаблены — матрас как бы вписывается в скелет. Царит полное бездействие, и тело кажется подвешенным”.

Нам нелегко будет забыть ощущения, которые мы сами испытали, впервые откинувшись на такую кушетку после выхода из турецкой бани (восстановленной доктором Бартером в его знаменитом водолечебнице близ Бларни), наслаждаясь роскошным, благоухающим и тихим отдыхом, за которым следует эластичность тела и разума, каких мы никогда прежде не ощущали.⁸ Здесь мы должны извлечь из заметки в брошюре мистера Эркварта следующее описание ощущений, вызванных возлежанием после ванны на этих восхитительных кушетках:

“On trouve alors des lits délicieux; on s’y repose avec volupté, on y éprouve un calme et un bien-être difficile à exprimer. C’est une sorte de régénération dont le charme est encore augmenté par des boissons restaurantes et surtout par un café exquis.”—D’Ohsson, t. vii., p. 63.

[45]

Другой автор так описывает это:—

“Когда все сделано, по вашему телу разливается ощущение мягкости и роскоши; каждая конечность легка и свободна, как воздух; мраморная гладкость кожи восхитительна; и, после всех этих растираний, терзаний, пропаривания и пропотевания, вы испытываете больше удовольствия, чем когда-либо прежде”.

Цель, которая должна быть достигнута последним описанным способом, состоит в том, чтобы дать телу остыть после потоотделения, вызванного ванной, и способствовать свободному всасыванию кислорода кожей, при этом тело полностью подвергается воздействию воздуха, когда поры находятся в наилучшем состоянии для его вдыхания. Здесь мы хотели бы отметить, что турки отказались от холодного погружения римлян, которое следовало за последним омовением теплой водой в третьей, или внутренней камере, после чего купальщика снова отводили в горячую комнату на несколько минут, прежде чем он, наконец, выходил в первую, или охлаждающую камеру. Для этого погружения турки заменили обмахивание тела мальчиком, вооруженным салфеткой или веером из перьев, который, приводя в движение прохладный воздух, быстро охлаждает тело; в то время как с той же целью доктор Бартер использует в некоторых случаях холодные вертикальные и горизонтальные обливания или простые глубокие ванны,⁹ в зависимости от силы человека, однако каждый способ преследует одну и ту же цель, а именно предотвращение повторного потоотделения.

Мистер Эркварт так заканчивает свое описание процесса: —

“Тело появилось на свет сияющим, как алебастр, благоухающим, как цистус, гладким, как атлас, и мягким, как бархат. Прикосновение к вашей собственной коже возбуждает. У Буффона есть замечательное описание удивления и восторга Адама при первом

прикосновении к самому себе. Это описание человеческого чувства, когда тело возвращается к своей чистоте. Обновив таким образом тело, дух странствует за границей и, осматривая свое жилище, радуется, находя его чистым и спокойным. Есть опьянение, или мечта, которая отрывает вас от плоти, и в то же время ощущение жизни и осознанности, которое распространяется по каждому члену тела. Кажется, что каждый глоток воздуха проходит не к сердцу, а к мозгу и гасит не пульсацию одного, а фантазии другого. Та экзальтация, которая требует дремоты чувств — та яркость чувств, которая заглушает видения духа, — одновременно погружаются в спокойствие и невыразимую роскошь; вы концентрируете удовольствия многих сцен и наслаждаетесь в течение часа существованием длиною в годы. Но это тоже пройдет. Видения исчезают, скорость кровотока увеличивается, дыхание пор замедляется, возвращается свежесть кожи, открываются источники[46]силы — вы снова ищете мир и его трудности, и те, кто впервые испытывает эти эффекты и превратности, восклицают: "Я чувствую, что мог бы перепрыгнуть через луну". Заплатив свой пенс в соответствии с тарифом твоих заслуг, ты выйдешь королем".

Теперь, описав ванну, как мы надеемся, в форме, понятной нашим читателям, мы хотели бы сделать несколько замечаний о ее физическом и моральном воздействии: и, во-первых, о ее физическом состоянии. Для очищения крови от всех загрязнений нет ничего равного его эффекту. Сарсапарилла может скрывать свою уменьшенную головку. Согласно принципуэндосмоса и экзосмоса, принципу, хорошо известному химикам, сыворотка, содержащая все патологические части крови, при выделении с потом заменяется водой, и источники жизни очищаются. Это преимущество будет оценено по достоинству, если вспомнить, сколько "недугов, которым подвержена плоть", происходят от нездорового состояния крови. В качестве примера очищающего эффекта турецкой бани мы можем упомянуть, что там, где в организме присутствует ртуть, золотое кольцокупальщика приобретает серебристый цвет из-за того, что ртуть смешивается с ним при выделении из кожи. Мистер Эрхарт замечает: —

“Там, где народ практикует баню, кожных заболеваний нет. Все случаи воспаления, местного и общего, подавлены. Подагра, ревматизм, ишиас или камни не могут существовать там, где их последовательно и усердно применяют в качестве лечебных средств. Я склонен сказать то же самое по отношению к чуме. Я уверен в этом в отношении холеры. (В Корке люди, занятые чисткой чанов пивоваров и побывавшие, таким образом, в турецкой бане, во время распространения холеры были свободны от этого заболевания. Другие работники этих заведений просили, чтобы их привлекли к этой работе.) Что касается чахотки — этого бича Англии, этого бледного призрака, который сидит у каждого десятого домашнего очага среди высших слоев общества, — то не только неизвестно, где практикуют баню, но и можно излечиться с ее помощью”.

Мы сами видели, как упорные случаи ишиаса, которые в течение нескольких лет не поддавались никаким средствам самых выдающихся врачей-аллопатов, полностью поддавались благотворному влиянию турецкой бани в течение шести недель. Мы были свидетелями аналогичных эффектов, проявляющихся в случаях ревматизма и контрактур суставов, возникающих при ревматической подагре; в то время как в случаях кожных заболеваний это превосходное средство, не имеющее аналогов ни при одном другом способе лечения, не исключая воды Харроугейт. И следует помнить, что все упомянутые здесь

благотворные эффекты ощущаются не ценой ослабления конституции, что слишком часто является результатом аллопатического лечения, а в сочетании с [47]улучшенным состоянием здоровья и тела, когда вся система укрепляется и набирается сил, в то время как особая болезнь изгоняется.

Мы знаем, что некоторые люди воображают, что турецкая баня ослабляет свое действие, но по этому поводу послушайте мистера Эркварта:—

“Мы можем проверить это тремя способами. Его воздействие на тех, кто ослаблен болезнью, на тех, кто истощен усталостью, и на тех, кто долгое время подвергается этому воздействию. Во-первых, при поражении легких и перемежающейся лихорадке к ванне неизменно прибегают против изнурительного ночного потоотделения. Температуру поддерживают низкой, чтобы не усиливать работу сердца или его секрецию. Этой опасности удалось избежать, ее эффект заключается в подавлении здорового потоотделения в бодрствующем состоянии и нездорового во сне. Никто никогда не слышал о каком-либо вреде от ванны. В тот момент, когда человек заболевает, он спешит к этому”.

Потоотделение, столь часто сопровождающее чахотку, является последней попыткой природы снабдить организм кислородом, открывая поры кожи, причем этот дополнительный источник снабжения становится необходимым из-за ослабленной деятельности легких, обусловленной их болезненным состоянием; однако потоотделение прекращается, когда пациент обращается в турецкую баню, поскольку там усилия природы заменяются действием, аналогичным по виду, но большим по степени, без изнуряющих последствий. В качестве примера усилий природы по самореализации можно указать, что в нескольких случаях заболеваний грудной клетки выздоровление наступало с момента начала ночного потоотделения.

Польза ванны при употреблении в пищу несомненна, [10](#) обусловленная, как мы полагаем, лучшим окислением крови, что является следствием улучшенной работы пор кожи, что позволяет кислороду проникать внутрь и аэрировать ее. В результате этого укрепляются органы пищеварения и вырабатывается здоровая кровь, отсутствие которой является причиной заболевания.

Во-вторых, после долгой и сильной усталости — такой усталости, какой мы никогда не испытываем, — последовательных дней и ночей верхом - ванна приносит самое удивительное облегчение. Совершив длительные поездки верхом, вплоть до девяноста четырех часов, без отдыха, я по опыту знаю, к чему это приводит в самых крайних случаях”.

Снова он говорит:—

“Я хорошо помню двери хамама, в которые я входил, едва [48]способный волочить одну конечность за другой, и из которых я снова прыгал в седло, упругий, как сухожилие, и легкий, как перышко.... Вы увидите, как хуммал (носильщик), человек, питающийся только рисом, выходит из одной из тех ванн, где он обливался потом, который, как мы думаем, должен падать ниц и ослабевать, и поднимает свою ношу весом в пятьсот фунтов, самостоятельно взваливая ее на спину.

В-третьих, моющие средства ежедневно проводят восемь часов в парилке. Они подвергаются там тяжелому труду, моют шампунем, возможно, дюжину человек, и удивительно здоровы. [11](#) Они попадают в баню в восьмилетнем возрасте. Обязанности

младшей части легки и в основном выполняются снаружи, в холле, куда купальщики возвращаются после купания. Они все еще находятся там с того нежного возраста, подвергаясь воздействию пара и жары, так что их силы были подорваны, если баня была изнуряющей. Лучшим шампунемщиком, в чьих руках я когда-либо побывал, был мужчина, возраст которого мне дали девяностолетний, и который с восьми лет ежедневно проводил в ванне по восемь часов. Подобным образом я мог бы привести в пример лондонских сахарников, которые при температуре не ниже, чем в бане, сильно переутомляются и при этом удивительно здоровы”.

Мы видели в Бларни турецкую баню, которая принесла одинаковую пользу и ребенку всего нескольких месяцев от роду, и мужчине восьмидесяти лет.

Теперь, понаблюдав за физическим воздействием турецкой бани, мы процитируем мнение мистера Эркварта относительно ее морального аспекта:—

Далее следуют воздержанность и трезвость. На первый взгляд связь не покажется такой непосредственной. Однако это не вызовет сомнений у тех, кто знаком со странами, где используется баня. Я не знаю ни одной страны, ни в древности, ни в наше время, где привычка к пьянству сосуществовала бы с посещением бани. Нищета и холод толкают мужчин в пивную. Если бы у них была ванна, не корыто для стирки, а общительная хамама, которую можно было бы починить, эта великая причина пьянства была бы устранена; и если бы эта привычка к чистоте была всеобщей, на такие привычки были бы наложены ограничения порожденным чувством самоуважения. Бедняки Англии никогда не имели возможности познать комфорт, который достигается в холодный день теплом, создаваемым такой атмосферой. Сколько несчастных жителей Лондона отправляются в свои промозглые дома в зимние месяцы, окоченев от холода и не имея возможности восстановить свое животное тепло, кроме как прибегая к спиртным напиткам и огню в трактире! Те же шесть пенсов, которые доставят им только четверть стимулятора, который дает лишь кратковременный жар, при таком расходе дали бы им сразу тепло и освежение.

“Не думайте, что это исланизм запрещает употребление спиртных напитков — это баня. Оно удовлетворяет страстные желания, которые приводят к этим поблажкам, заполняет период необходимого расслабления и вместе с чистотой вырабатывает привычки к самоуважению, несовместимые с опьянением. Это сохраняет семьи сплоченными, что предотвращает разбазаривание денег на подобные излишества. В Греции и Риме, в их худшие времена, не было ни ”блю руин”, ни ”дабл стаута”.

[49]

Это мнение мистера Эркварта подтверждается следующим отрывком из обращения лорда Стэнли к Национальной ассоциации содействия развитию социальных наук, процитированным доктором Хотонем¹²:—

“Все люди знают и сожалеют о разрушении жизни и собственности невоздержанностью в Англии; но не все люди знают (хотя это неоднократно доказывалось), что одной из сильнейших предрасполагающих причин невоздержанности является чувство депрессии и общей слабости, требующее и, по-видимому, оправдывающее использование стимуляторов, которые, сами по себе являясь болезнью, поражают тех, кто живет в невоздержанных и непроветриваемых местах”.

Турецкая баня обеспечивает организм этим стимулятором, пристрастие к которому вызывает опьянение, и поэтому становится, как утверждает м-р Эркварт, мощным двигателем в пропаганде воздержания; улучшая общее самочувствие, она также устраняет желание употреблять этот стимул.

Теперь, подробно остановившись на многочисленных преимуществах турецкой бани, ее благотворном воздействии на сохранение здоровья и излечение от болезней, мы не можем удержаться от выражения нашего удивления по поводу того, что 1857 год застал наш благородный город без столь ценного учреждения.¹³ Должны ли мы и дальше допускать такое положение вещей и позволять варварам наслаждаться источником комфорта и здоровья, в котором мы сами себе отказываем? Должны ли мы и дальше практиковать это самоотречение и довольствоваться отставанием от цивилизации Востока? Разве не удивительно, что наши практикующие врачи до сих пор упускали из виду чудесные лечебные свойства этой турецкой бани? и из-за своей нужды позволили холере и другим¹⁴ не менее смертельным болезням беспрепятственно разгуливать по нашему городу, унося тысячи наших соотечественников. Должен ли страдающий ишиасом и дальше подчиняться баночным, обжигающим и ртутным дозировкам врача-аллопата, подрывающим его конституцию и здоровье, когда он мог бы получить определенное облегчение от восхитительной и восстанавливающей здоровье ванны?

Мы не будем утомлять наших читателей, следуя за мистером Эрквартом в его расчетах относительно вероятной стоимости возведения [50]турецких бань в этой стране, но мы полагаем, что для этой цели было бы достаточно потратить около 800 фунтов стерлингов; и, должно быть, мы действительно глупы в понимании наших собственных интересов, если из—за этих незначительных затрат не решаемся обеспечить себе такое великое благо - одновременно роскошь, очиститель крови, средство сохранения здоровья¹⁵ и средство от болезней.

Не следует предполагать, что мы стремимся здесь защищать турецкую баню как лучшее средство поддержания здоровья, чем физические упражнения *допотоотделения*,¹⁶ средства, предназначенные природой для содействия здоровой деятельности всех жизненных функций: нет, мы никогда не сможем улучшить законы природы, которые были в высшей степени приспособлены благим Провидением для достижения своих конкретных целей: это происходит только тогда, когда эти законы были нарушены и ими пренебрегали

“чрезмерноработающим мозгом и недостаточноработающим телом” привычки 19 века, это искусство вмешивается в облик турецкой бани и предлагает оказывать на организм то благотворное воздействие, не причиняя ему вреда, которое природа *задумала* оказывать с помощью *активных* физических упражнений. Короче говоря, турецкая баня — это противоядие от нездоровой жизни, которой мы живем,¹⁷ - подношение мира разгневанной природе за наше несоблюдение ее законов. Для дам, инвалидов и деловых людей, чьи сидячие занятия исключают возможность полезных для здоровья физических упражнений, турецкая баня представляет собой неоценимое благо.

Мы настоятельно рекомендуем нашим читателям ознакомиться с лекцией доктора Бартера в Брэдфорде как с мастерским изложением предмета единственным врачом в королевстве, который *практически* изучил его.

1 1. “Турецкая баня; с целью ее внедрения в Британских доминионах”. Лондон: Дэвид Брайс, 48 лет, Патерностер-роу.

2. “Турецкая баня; лекция, прочитанная в Брэдфорде доктором Бартером”. Лондон: Routledge & Co. ↑

2 В паровой ванне или паровой камере все тело окружено паром, в то время как в паровой камере голова пациента подвергается воздействию наружного воздуха. Ни в том, ни в другом случае купальщик не может переносить температуру выше 120 ° по фаренгейту, в то время как в турецкой бане температуру в 300 ° можно переносить совершенно безопасно. ↑

3 В Словаре Чемберса, опубликованном в Дублине в 1758 году, (под заголовком “*потение от дерна*”) мы читаем описание воздушной ванны, широко используемой индейцами; и рассказывается случай в Америке о джентльмене 74 лет, который был излечен ею от болезни, которая в течение 9 недель (все это время он был прикован к постели) сопротивлялась всем обычным методам о лечении: в нем добавляется, что в течение 11 лет после этого он наслаждался прекрасным здоровьем и умер в возрасте 85 лет. Операция заключалась в разогревании дерна в печи, который затем расстилали на земле, а пациента укладывали на него, завернутого в простыню, под прикрытием горячего дерна и одеял. Воистину, нет ничего нового под солнцем. ↑

4 Поверхность тела человека обычного размера содержит 7 000 000 пор, приведение которых в действие из состояния бездействия эквивалентно использованию системой *второй пары легких*. ↑

5 Когда поры кожи закупориваются и не могут выполнять свои функции, их обязанность ложится на другие органы тела, которые заболевают от переутомления, вследствие двойной нагрузки, возложенной на них. ↑

6 Факт, которым Ирландия может по праву гордиться, заключается в том, что ПЕРВАЯ турецкая баня, которая когда-либо была специально спроектирована для лечебных целей, была возведена ирландцем на ирландской земле. Восточный мир долгое время пользовался баней как социальным и религиозным институтом; но проницательный ум доктора Бартера первым разглядел в ней великий принцип, и он сразу же приступил к работе по применению ее для лечения болезней. Из Бларни, как центра, это движение быстро распространяется по всей Великобритании, и трудно сказать, где это движение, однажды начавшись, закончится. Константинопольский журнал недавно заметил, что западный мир позаимствовал конструкцию бани у востока, а *взамен научил* их ценить ее целебную силу, элемент, который до сих пор не получал от них того внимания, которого заслуживал. ↑

7 Две отапливаемые камеры римляне называли соответственно *Тепидариум* и *Судаториумом* или *Кальдариум*: первая, или прихожая, где проводилась заключительная часть бани, называлась *Фригидариум*, а глубокая ванна, когда она существовала, - *Писцином*. ↑

8 Это ощущение, которое можно сравнить только со сном на *бодрствовании* — сновидческим, но осознанным существованием, настолько ново по своей сути, что для осознания его необходимо пережить. ↑

9 Организм, привыкший к этим *экстремальным* температурам, относится с предельным безразличием ко всем промежуточным изменениям, на которые способен этот климат, рассматривая их как “Праздный ветер, на который он не обращает внимания”. ↑

10 На Кипре проживает смешанное население мусульман и христиан: первые *принимают* ванну в качестве религиозного ритуала и *свободны* от употребления алкоголя; вторые *не*, and are *victims*,, болезни. ↑

11 В Blarney здоровый вид шампуней сразу бросается в глаза посетителю. ↑

12 “Восточная баня”, доклад, прочитанный доктором Хотонем в Королевском Дублинском обществе в апреле 1858 г. ↑

13 С момента написания вышеизложенного мы слышали, что были приняты меры для немедленного возведения турецкой бани в этом городе в широком масштабе и по наиболее одобренным принципам (на Линкольн-плейс, Меррион-сквер), чему мы желаем всяческих успехов. В настоящее время действуют шесть турецких бань в городе Брэдфорд в Йоркшире, три в Бларни, две в Корке, в окрестностях последнего города доктор Бартер возводит третью по масштабу великолепия, доселе не встречавшегося в западном мире. ↑

14 Случае водянки доктор Осборн утверждает, что “после прекращения потоотделения болезнь, если она не вызывает осложнений, никогда не проходит без осложнений”. ↑

15 Именно использование турецкой бани позволяет туркам безнаказанно курить в избытке — вредные пары выгорают из-за высокой температуры. Насколько иными должны быть последствия курения в таком влажном климате, как наш, где ядовитые пары, не имея возможности испариться, остаются в организме, являясь распространенным источником болезней. ↑

16 Кузнец, покрытый дымом и грязью, который обильно потеет над своей повседневной работой, чище в истинном смысле этого слова, чем самый *хорошо вымытый* человек на земле. *Одного* поверхностного промывания будет недостаточно; для обеспечения здоровья необходимо очистить саму кровь, промыть ее внутренние каналы. ↑

17 Если бы мы всегда дышали чистым воздухом, ежедневно занимались физическими упражнениями *до потоотделения*, совершали ежедневные омовения и умеренно употребляли простую и полезную пищу, болезни были бы среди нас почти неизвестны. Всякий раз, когда мы отступаем от этих *условий* здоровья, мы закладываем надежный фундамент болезни. Верно было сказано, что если бы мы заботились о своем собственном теле так же, как заботимся о наших лошадях, то имели бы гораздо лучшее здоровье, чем обычно. Сэр Эстли Купер любил говорить, что “человек не уделяет достаточного вниманияуходу за своим телом”. ↑

[Содержание]

Дублин: Напечатано Алексом. Том и сыновья, 87 и 88, Эбби-стрит.

Содержание

Самоотверженность.

ЖИЗНЬ В ВАННЕ.

5

ТУРЕЦКАЯ БАНЯ.

39

Колофон

Доступность

Эта электронная книга предназначена для использования кем угодно и где угодно, бесплатно и практически без каких-либо ограничений. Вы можете скопировать его, раздать или повторно использовать в соответствии с условиями лицензии Project Gutenberg, прилагаемой к этой книге, или онлайн по адресуwww.gutenberg.org.

Эта электронная книга подготовлена командой онлайн-корректоров по адресуwww.pgdp.net.

Новая оригинальная обложка, прилагаемая к этой книге, находится в общественном достоянии.

Метаданные

Название:	Жизнь в ванне; с описанием турецкой бани
Автор:	Diogenes
Дата создания файла:	2024-03-24 10:23:10 UTC
Язык:	английский
Дата оригинальной публикации:	1858

История изменений

- Начался 2024-03-10.

Исправления

В текст были внесены следующие 16 исправлений:

Страница	Исходного	исправления	расстояния редактирования
7	[Нет в источнике]	”	1
7	[Нет в источнике]	.	1
10	читателей	для	1
11	укрепленный	укрепленный	2
18	голеностопных суставов	лодыжек	1
20	окисляемых	1	22
асфиксии	асфиксии	2	23
ошеломляющих	1	36	неправильное распределение
неравномерное распределение	1	36	абсурдных

36	отсутствующий	абсурд	1
36	скейк	встряхнуть	1
38	обстоятельства	вызывают	обстоятельства
1	46	эндосмос	эндосмос
2	46	экзосмос	экзосмос
2	47	усилить	аэрацию
2	48	связь	2